محمود الموسوي



الحب

في العلاقات الزوجية



مؤسسة البلاغ

دار سلوني


الحب
في العلاقات الزوجية


بسم الله الرحمن الرحيم

الحُبّ

في العلاقات الزوجيّة

تأليف

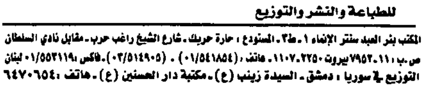
محمود الموسوي



الطبعة الأولى

١٤٢٧هـ - ٢٠٠٦م




المكتب بئر العبد سنتر الإنماء ١ ـ ط٣ ـ المستودع : حارة حريك ـ شارع الشيخ راغب حرب ـ مقابل نادي السلطان
ص.ب : ١١ـ٧٩٥٢ بيروت ٢٢٥٠ـ١١٠٧ ـ هاتف : (٠١/٥٤١٨٥٤) . (٠٣/٥١٤٩٠٥) ـ فاكس : ٠١/٥٥٣١١٩ لبنان
التوزيع في سوريا : دمشق ـ السيدة زينب (ع) ـ مكتبة دار الحسنين (ع) ـ هاتف : ٦٤٧٠٦٥٤

الموقع الإلكتروني : www.albalagh-est.com

E-mail : Albalagh-est@hotmail.com

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

وَمِنْ ءَايَٰتِهِۦٓ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ
أَزْوَٰجًا لِّتَسْكُنُوٓاْ إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم
مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَأَيَٰتٍ لِّقَوْمٍ
يَتَفَكَّرُونَ

سورة الروم/ آية ٢١



إهداء

إلى زوجتي المُخلِصة

التي شاطرتني هذا الجُهد

منذ البـدء وحتـى خروجـه إلى النور.

سيد محمود

المقدّمة

تساقطت أوراق الحب التي عانقت إحساسها المرهف . . وتبدّدت احلام المستقبل الواعد . . بعدما سقط اول إحساس لديها في مصيدة ذلك الشاب الوسيم الذي تلاعب بمشاعرها وامسكها من ذراعها الضعيفة ، عندما انساقت خلفه مهلّلة حالمة ، ترنو مشاهدة قصة الحب التي كانت راقدة في اعماقها . . تأمل ان تطير بجناحين ابيضين في سماء زرقاء مرصّعة بالنجوم وزينة الكواكب . . وتهرول وسط ازهار الزنبق الفوّاح . . حيث تحلم ان ينتشلها فارسها من أوكار الأرض إلى اسرار السحاب ، كما يفعل ابطال روايات العشق والافلام السينمائية بمحبوباتهم . . رسَمَت في كيانها جميع تلك الحكايات واصطدمت بجدار الواقع الصلب .

دخلت تجربة الحب آملة في احتوائه ، كما يفعل الكثير من الذين يقذفون بانفسهم في لجّ العلاقات العاطفية دون وعي لماهيته وحقيقته .

وقد عرَفَت بعد ذلك ان الحب كالبحر الذي يلتهم كل من يجهل اسرار الغوص في غماره ، فتحجبه مصارعة أمواجه عن

مشاهدة روعة جماله، واسرار عجائبه.. إن معانقة البحر تحتاج لإتقان الغوص في اعماقه، وكذلك معانقة الحب تحتاج للمعرفة كاي شيء آخر حول ماهيته وحدوده لكي يمتطيه الإنسان ويطير من خلاله في رحاب المشاعر الجميلة..



امام هذا المشهد المنتزع من واقع الحياة واشباهه، هنالك صنفان من المحبين:

صنف يسخّر حياته وطاقاته لممارسة الحب.

وصنف يسخّر الحب لممارسة حياته.

فإن الذين يسخّرون حياتهم للحب ويلهثون وراءه هم أولئك الذين لا يملكون هدفاً في الحياة، فيكون هدفهم الحصول على مشاعر وهمية تتجسد في حرفين (ح. ب) فلا يحصلون عليها مهما اسرعوا الخطا نحوها، لانهم يجرون وراء لذّة لا تنتهي، وسراب لا يُمتلك، غير مدركين حقيقتها، يؤدي ذلك كما نرى راي العين والقلب في مختلف ساحات الدنيا للانتحار او السقوط في وحل المخدّرات والخمور، او الوقوع ضحية تلك المشاعر، في الامراض النفسية التي تدمّر الإنسان، وتجعله حبيس اوهامه..

اما اولئك الذين يسخّرون الحب لكي يمارسوا حياتهم بافضل نهج وطريقة، ويسعون إلى الوصول لاهدافهم مستعينين بوقود

الحب الدافق ، فهم اولئك الناجحون في الحياة ، والفائزون في الآخرة .

ومن اجل الوصول إلى رؤية واضحة في مجال الحب الحقيقي ، وللتعرّف على برنامج يساهم في فعالية الحب بين الزوج وزوجته في عشّهما الدافئ ، كانت فكرة هذا الكتاب .

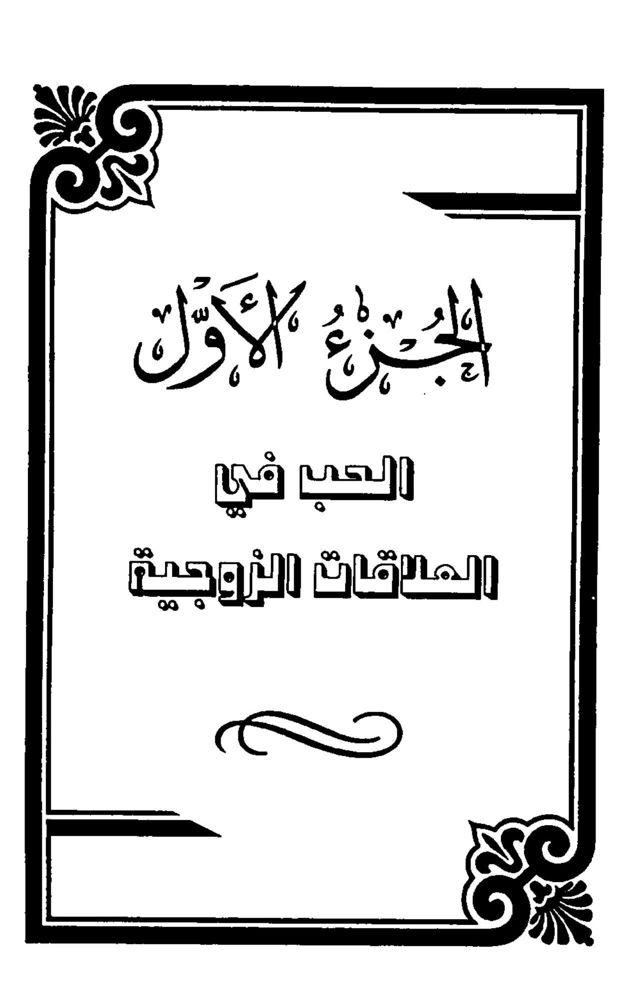
وقد اسفتُ لندرة ما كُتب حول هذا الموضوع ، من حيث التناول والمعالجة ، مع توافر النصوص والافكار في تراثنا الإسلامي بشكل كبير . . اسال الله تعالى ان يتقبّل هذا العمل مني انا العبد الفقير إلى رضاه ورحمته ويساعدني على ان اتابع الكتابة في هذا المجال فاصدر مؤلفات اخرى تكون نافعة للاجيال المتعاقبة من القرّاء ، والله من وراء القصد .

سيد محمود السيد عدنان الموسوي

السبت ١٩٩٨/٥/٣٠م

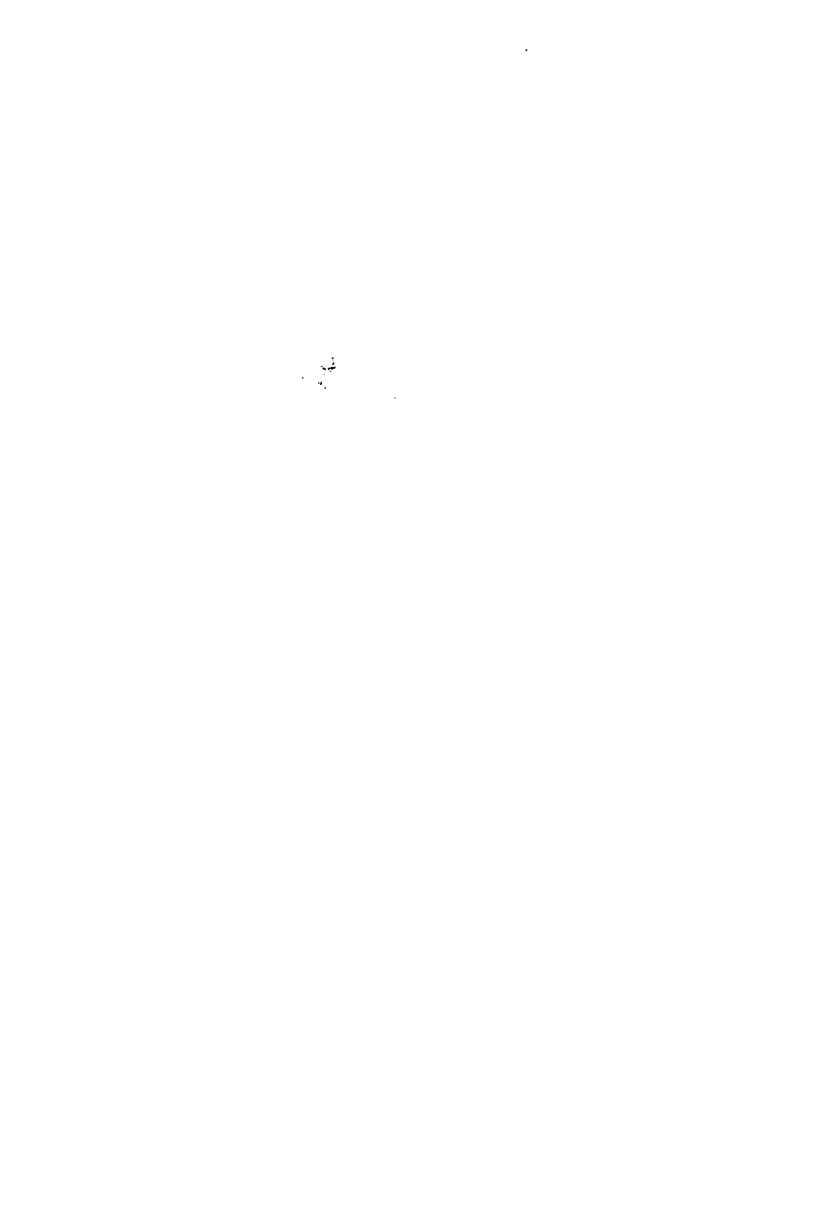
بني جمرة ـ البحرين





الجزء الأول

الحب في العلاقات الزوجية



مع الحب يداً بيد

إن الحب ربيع القلب ومخدع النفس ومتنفس الروح، وهو طيف رائع يتسرب إلى أحشاء الإنسان حتى يصل إلى اعماق قلبه. إنه نعمة إلهية عظمى تشعر الإنسان بجوهر نفسه وبالاشياء من حوله.

وهو - في محاولة تعريف - من الغرائز الأساسية التي اودعها الله تعالى في نفس الإنسان ويتمثل في حالة الميل والانجذاب النفسي للأشياء اللذيذة.. والعزيزة.. والجذابة.. والنافعة.

وإذا اخذنا هاجس هذا الإحساس الكبير يداً بيد لنتطلع إلى تاريخه وتاريخ الامم بصحبته، فإننا سنتلمس الأخبار المستفيضة والانشغال الواسع به في فلك الحياة الزوجية او بين جنس الرجل وجنس المراة في العموم، بل سنشاهد هذا الهاجس ضارب القدم في تاريخ حركة الإنسان.

ولا نكاد نستثني اي حضارة ولا اي تراث من ذلك الانشغال، وعلى كافة المستويات والفئات البشرية، من الملوك

والأمراء والشعراء والفلاسفة وحتى رعاة الغنم والبسطاء، ولا نستطيع في هذا العرض ان نستقصي ذلك التاريخ، لاننا سنحتاج إلى موسوعات كبيرة لتفي بشيء منه، ولكن على سبيل الإلماع لبيان كثافة الانشغال به في كافة المجتمعات والحضارات.

ومما نجده في الاهتمام بموضوع الحب بين الرجل والمرأة، هو استفاضة النظريات الاسطورية الخرافية واعتبار الكثير من الشعوب الحب همّها الاول، وتمادى آخرون بالاعتقاد بآلهة الحب، حتى إنهم كانوا يعتقدون ان هذه الآلهة تتحكم وتؤثّر في علاقاتهم البشرية، بل وقد يصيب الإله هاجس الغَيرة من جمال فتاة، أو حب شاب لاخرى..

ومن تلك الاساطير، اسطورة (فينوس)، إلهة الحب والجمال عند الرومان، وكان اسمها عند الإغريق (افروديت) وكانت ابنة (جوبيتر) و(ديون)، وقد تزوجت الاعرج سَكّاب الحديد (فولكان). وكان لها عدد كبير لا يحصى من المحبين.. وكانت ترتدي حزام حب خاص، فيه قوة سحر لجذب الحب العاطفي حسب ما يعتقدونه، وكانت تخلعه عندما كانت تعبث مع (مارس)، وكان يقال عن المراة التي لا يمكن مقاومتها بأنها ترتدي حزام فينوس»[1].

---

(١) - الزواج في العالم، ص١٧.

وفي العصور الغابرة كانوا يتفاءلون بأيام خاصة لتكوّن الحب، ويهتمون بإجراء بعض الطقوس لإثارة الحب وتعزيزه في انفسهم.

ففي الصين تهيم الفتاة في الشوارع والأسواق لتصطاد بقلبها فتى احلامها في فصل الصيف، لانه وقت الحب حسب بعض معتقداتهم.

وفي امريكا -قديماً- «يضع الشخص بذرة تفاحة قرب النار، إذا انفلقت وطارت وانفجرت بتأثر حرارة النار فإن ذلك يدلّ على ان الحبيب مخلص، اما إذا احترقت بهدوء فإن الحبيب ليس مخلصا»[1]. «وإذا وضع البريطاني وردة تحت وسادته ووضع معها قطعة نقدية من فئة ست بنسات، فانه سوف يحلم بزوجة المستقبل، شريكته في الحياة»[2].

وكذلك في التراث العربي نرى شواهد الحب المتأجج، وقصص الهيام المجنون واضحة جداً، مثل جميل وبثينة، وعنتر وعبلة، وقيس وليلى، وقيس هذا عرف بمجنون محبوبته لشدة حبه لها، وقد امتاز بإنشاد الشعر الكثير فيها ومن شعره:

امر على الديار ديار ليلى	اقبّل ذا الجدار وذا الجدارا
وما حب الديار شغفن قلبي	ولكن حب من سكن الديارا

(١) - المصدر نفسه، ص٥.

(٢) - الزواج في العالم ص٦.

وقوله:

احبك يا ليلى محبة عاشق عليه جميع المصعبات تهون

احبك حباً لو تحبين مثله اصابك من وجد علي جنون

وقبل عقود أُسِّست بعض المؤسسات التي تحمل على عاتقها تكوين العلاقات بين الأفراد الذين يريدون الحب والزواج مثل مؤسسة (ديت لاين) التي تأسست في بريطانيا عام ١٩٦٦م، «وتدّعي هذه المؤسسة بانها اكبر وكالة في العالم للتعارف عن طريق الكمبيوتر، وقد بلغ عدد اعضاء هذه المؤسسة (٣٥٠٠٠) عضو وهم يزدادون بمعدل (٣٠٠٠) زبون جديد كل شهر، تستخدم المؤسسة اجهزة كمبيوتر منزلية لإجراء التعارف والخطوبة المناسبة بين الشباب والشابات وذلك بهدف الحصول على علاقات طويلة الامد والتي يؤدّي الكثير منها إلى الزواج»[(١)].

وقد تكاثرت مثل هذه المؤسسات في بريطانيا بهدف رعاية الحب والزواج حسب المعتقدات المختلفة، كالمسلمين والبوذيين والهندوس والمسيحيين، كذلك دول الاتحاد السوفيتي السابق، وفي اليابان يعرض التلفزيون البرامج للإعلان عن فرص الزواج وتكوين العلاقات الوديّة.

---

(١) - المصدر ص٣٤.

واما المظاهر في وقتنا الراهن فحدّث ولا حرج ، فقد تكاثرت الروايات التي اخذت من مادة الحب محوراً لها ، والقطاع التلفزيوني والسينمائي من ابرز المهتمّين ، حيث لا يكاد يخلو اي إنتاج من قصّة حب حميمية بين فتاة فاتنة وشاب وسيم .

وكذلك في الكثير من المجلاّت والصحف ، تجد الأدباء يبوحون بمكنونات قلوبهم من العشق والهيام على صفحاتها . . كما ان ، اهتمامات الشباب بالحب قد اصبحت شيئاً ملحوظاً . . فقد اجرت إحدى المجلاّت تحقيقاً حول الاهتمامات الشبابية لزوايا المشاكل العاطفية في المجلاّت ، والتي من خلالها يبث القارئ شكواه للمتخصّصين ليقوم هؤلاء بإيجاد الحلول لها ، فاكّد جميعهم على متابعتهم بشكل دائم لها ، وارجعوا الأسباب إلى ان مادة الحب من اصعب واكثر المشكلات التي تقع على الإنسان ، والبحث عن حلولها ضرورة حياتية .

اضف إلى ذلك ما تلعبه ومضات الإنترنت من دور في هذا المجال ، حيث بلغ الامر إلى ان تعرض الفتاة نفسها بوصف دقيق لمفاتنها وعاداتها وهواياتها ، بل وتنشر صورتها على صفحات التعارف وبرامج المحادثات الصوتية والمتحركة ، لتحظى بفتى احلامها المحب ولو كان في اصقاع الارض ، وكذلك يفعل الشاب .

ولكن ما هي النتيجة؟

إن كل اولئك ارادوا تكوين قصة حب مثالية تلبي رغباتهم العاطفية، فهل حققوا ما ارادوا؟

الجواب واضح وضوح الشمس في رابعة النهار..

كلاّ.. وقد تسال لماذا؟

الاسباب كثيرة واهمها:

- انهم لم يتعرّفوا على الحب الحقيقي ليقوموا برعايته في انفسهم، إنما انجرفوا وراء احاسيس كاذبة يجهلون حقيقتها..

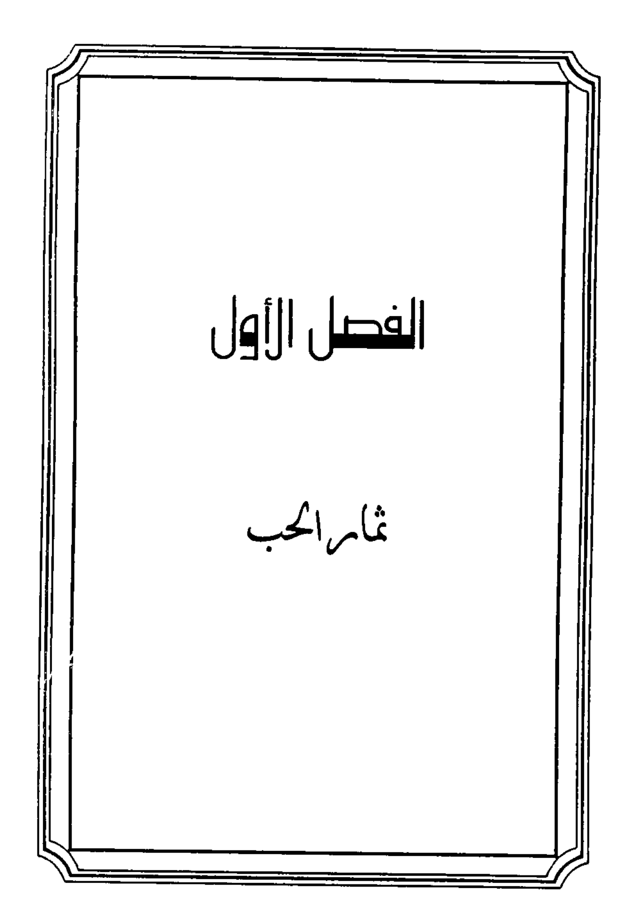
- انهم جعلوا الحب محطة وهدفاً استعانوا بجميع الوسائل المتاحة اياً كانت للوصول إليه..

- انهم اوغلوا الغوص فيه حتى صار بلا حدود، وصار الحبيب إلهاً معبوداً..

- وجهلوا التوقيت للحب، وجهلوا السبيل إلى اختيار الحبيب، وغاب عن اذهانهم انه كباقي اعمالهم يحتاج إلى التخطيط الصحيح والتعزيز المستمر، والمحاسبة الدقيقة، والتقييم المتابع..

بالإضافة إلى أسباب عديدة غيرها . . لذلك اخفقوا ، والدليل على هذه النتيجة ، ان ما نراه الآن في الدول التي تنبع منها سيول من الأفلام والروايات والكتب التي تبحث واقع الحب ، هي اكثر الدول فشلاً في تكوين علاقة ثنائية بين الرجل والمراة . . فهي الاكثر . . طلاقاً . . انتحاراً . . قتلاً . . اغتصاباً . .

هذه نتيجة لطريقة تبشيرهم بالحياة المليئة بالمودة ، فلم يستطيعوا تكوين قصة حب صادقة متكاملة لتسير في الاتجاه الصحيح رغم كثافة الاعوام التي انكبوا فيها على صياغة القصة ، إنما صوّروا الحب على غير حقيقته . . ليكون شيئاً تجارياً . . مثيراً ليس إلاّ . .



الفصل الأول

ثمار الحب

ثمار الحب

إننا لا نلمح الحب باعيننا ولا نلمسه باناملنا، لكننا نبصره ببصيرتنا، ونستشعره بأرواحنا، إنه من اكثر ما يمنح الحياة معنى ويضيف إليها آفاقاً رحبة، إنه يمحق بنوره كل الألوان السوداء المترسبة في اعماق القلب، ويشيع البهجة والسعادة في الحياة، إنه يصنع المعجزات التي لا تقدر على صناعتها كل قوى العالم المادي بآلاته الصّماء واجهزته الخالية من اي روح، والحب يفتح لروح الإنسان ابواباً لم يرها من قبل، فتطلّ على واحات رائعة الجمال، واحات مهما اسهبنا في وصفها لن نتمكن من إعطائها حقّها، لن يتحسّسها إلا من دخلها من ابوابها بسلام، فتشعره بامان وطمأنينة، حينها يرى روعة الحياة من خلال منظار الحب السوي.

امّا من يحاول التسوّر والدخول غير المشروع من النوافذ، فإنه قد يرى شيئاً من تلك الواحات لكنه سيظل متلبّساً بلباس الخوف والاضطراب، فتعميه حالته المتذبذبة عن رؤية حقيقة الحب والحياة، كاولئك الذين ينغمسون في وحل الرذيلة عبر العلاقات المحرّمة، مصورين افعالهم بانها ممارسة للحب المشروع.

إن حقيقة هذا الحب الكبير تتمثّل في العلاقات الزوجية بين الرجل والمراة في مشروعيتها واستقرارها وهدوئها، ولا يتحقق الحب من خلال علاقات البغاء والصداقات وجميع اشكال العلاقات غير المشروعة بين الرجل والمراة، لأن العلاقة الزوجية مرتع لسكن الروح، وهي لباسها، وطمانينتها، وقطعاً سيكون الحب هو المكمّل الأمثل لذلك المشهد..

وقد يدخل الكثير من الشباب في تجربة الزواج، فيستنكرون وضعهم الودّي، ولا يرضون عن علاقتهم الزوجية، فيفضّلون حياة العزوبة وايام الصبّا على الحياة الزوجية والارتباط، ويتسلل هنا تساؤل: إذا كانت الحياة الزوجية سكناً وسعادة كما جاء في القرآن الكريم: ﴿لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا﴾، فلماذا لا يشعر الكثير من الناس بذلك الشعور والسكينة، فيفضّلون حياة العزوبة على الزواج؟

والجواب واضح جداً، ذلك لان نسمات الحب لم تطرق ابوابهم يوماً.. ولم يتبينوا سمات ومعاني الإحساس به..

قد يظن البعض ان الحياة الزوجية تقوم على إبرام العقود والمواثيق بين الطرفين، لتحدّد دور كل منهما ومسؤوليته تجاه الآخر، طلباً للسعادة، لكنهم لا يبرحون ساعتهم حتى تباغتهم حالات السأم والاكتئاب، ويصطدموا بخواء المعيشة، والروتين القاتل، فتذهب جهودهم ادراج الرياح.

علينا ان نعي ان الحياة الزوجية ليست مصنعاً للمـواد الخام او شركة استثمار، يزيد في إنتاجها كثرة إبرام العقـود والصفقـات بـين الاطـراف المتعاملـة في السـوق. . إنمـا هـي علاقـة إنسـانية حميميـة تحتاج إلى مزيد من الحب، لكي تثمر ثمارها الطيبة، وتبث اريجها الباعث على تسلّق المجد. .

يقول مؤلف جامع السعادات: «لـو استحكمت رابطـة المحبـة وعلاقة المودة بين الناس لـم يحتـاجوا إلـى سلسـلة العدالـة - التـي تقـوم علـى توزيـع الحقـوق والواجبـات بـين الطرفـين - فـإن اهـل الوداد والمحبة في مقـام الإيثار ولـو كـان بهـم خصاصـة[1]، فكيـف يجور بعضهم على بعض، والسرُّ ان رابطـة المحبـة اتمّ واقـوى مـن رابطة العدالـة، لان المحبـة وحـدة طبيعيـة جبليـة، والعدالـة وحـدة قهرية قسرية، على انها لا تنتظم بدون المحبة»[2].

وللمحبة آثـار خلاّقـة واساسـية في الحيـاة الإنسـانية تسـهم في دفعهـا للأمـام، وتؤثّـر في اعمـاق النفـس لتشـعرها بحقيقتهـا وبالاشـياء مـن حولهـا، وسنبدا الآن بـالمرور علـى تلـك الآثـار والثمار نلتقطها الواحدة تلو الاخرى. .

---

(١) - اي ولـو كـانوا في فقـر او حاجـة.

(٢) - جـامع السـعادات، للشـيخ الـنراقي، ج١، ص١٢٣.

١ - الحب توءم السعادة

الحب توءم السعادة.

ليس من الممكن ان نتصوّر وجود خصام بين الإحساس بالسعادة وشعور الحب، كما لا نتصوّر حبّاً لا يرقد على فراش وثير من السعادة.. فالسعادة والحب متلازمان، وهما توءمان لا ينفصلان.

ونعني بالسعادة تلك النفحة التي تحمل على اجنحتها معاني الشعور باللّذة والرّاحة والاستقرار النفسي، لكلا الطرفين، فقد تكون سعادتكم في تكوين العلاقات الثنائية الحسنة، او في شعوركم بانكم محبوبون، او في وجود من يهتم باموركم ويلبّي طلباتكم، او في وجود من يتجاذب معكم اطراف الحديث.. إلى آخر الأشياء التي بتوفرها يكون الإنسان مطمئناً مرتاحاً مستقراً.. راضياً..

وافضل طريق لبلوغ السعادة، هو ذاك الذي ترسمه مشاعر الحب.

إنك تسأم من محادثة الإنسان الذي تبغضه، بل ولا تطيق سماع ترددات صوته، لكنك حتماً ستكون سعيداً عندما تتجاذب

اطراف الحديث مع من تحب، وتستانس عندما يشنّف صوته سمعك، وتتذوق حلاوة الحروف التي تتقاطر من ثغره.

ولعل هنالك بعض الفروق فيما يخلق الشعور بالسعادة بين الزوج والزوجة، لكونهما رجلاً وامراة يختلفان في الجنس وفي ما يستتبع ذلك من الاحاسيس والنفسيات، فالرجل قد يشعر بالسعادة عندما يشعر بأن كل شيء يسير على ما يرام وعندما يحسّ بالثقة بالنفس.. لكن هذا الاختلاف الطفيف لا يعيق دور الحب في تكوين السعادة، لأن الحب بدوره يجلب ذلك الإحساس عند الطرفين من دون فرق بينهما، فحب الزوج لزوجته يعني سعادتها، وحب الزوجة لزوجها يعني سعادته..

يقول جون جري[1] بخصوص إحساس النساء بالسعادة:
«النساء يكن سعيدات عندما يثقن بأن حاجاتهن ستلبّى،

واكثر ما تحتاجه المراة هو عشرة بسيطة عندما تكون منزعجة، مقهورة مشوّشة، مجهدة وفاقدة للأمل. فهي بحاجة إلى ان تشعر بانها ليست وحيدة، بل محبوبة، مدلّلة».

وحتى نتعرّف على كيفية ولادة توءم السعادة عندما يولد الحب، يجدر بنا ان نتعرّف على هذه الحقيقة، وهي ان للمشاعر تاثيراً على الجهاز العصبي للإنسان، من طريق نفوذه إلى مراكز

(١) - مؤلف كتاب (الرجال من المريخ والنساء من الزهرة).

الانفعال في المخّ، وبالتالي فهو يؤثّر على الأعصاب . . إذ يقوم مركز الانفعال بإفراز مادّة (السيروتونين)، التي تؤثر على توتّر الأعصاب، ففي حالة إغداق مشاعر من الحب من جانب احد الزوجين سوف يحسان بهدوء الأعصاب والارتخاء وحالة الرضا، والطمانينة، والراحة واللّذة، التي تجتمع لتكوّن الإحساس بالسعادة.

وقد جاء في الحديث عن الإمام الحسن العسكري(عليه السلام): «**أقل الناس راحة الحقود**»[1]. . إذاً من اكثر الناس راحة الودود، المحب.

ويعرّف مؤلف كتاب (كيف تحيا سعيداً) السعادة كما يأتي: «السعادة هي الملاءمة بين قلب الإنسان وواقع الحياة التي يعيشها»[2].

فالحياة التي يعيشها الإنسان لها تأثير على قلبه وإحساسه . . فإن كان واقع حياته زوجة يربطه بقلبها عقال الحب فإن ذلك سيمثّل السعادة. . لأنه سيشعر بالراحة والانسجام بين حياته وقلبه.

فهل ستساهم زوجتك في إعطائك كل ذلك إلا إذا كانت تحبك حباً عميقاً؟! . . وكيف ستوفّر لها افضل وسائل الراحة والاستقرار والسعادة بدون حبك إياها!!

---

(١) - بحار الأنوار، ٣٧٣، ٧٥، باب ٢٩.

(٢) - كيف تحيا سعيداً، هادي المدرسي، ص٦.

الحب المتبادل بين الطرفين بحدّ ذاته يشيع جواً من السعادة الزوجية، لأنك إذا احسست بأنك محبوب، فستزداد بلا شك ثقتك بنفسك وستشعر بالراحة والأمان.

يقول مؤلف كتاب (الفوز بالسعادة): «لعل احد العوامل الرئيسية في افتقار اللّذة هو الشعور بأن المرء غير محبوب، بل على النقيض من ذلك، عندما يكون محبوباً ترىٰ اللّذة ظاهرة عليه اكثر من اي شيء آخر»[1].

ولقد قامت إحدىٰ المؤسسات برصد الامور التي تجعل الإنسان في حالة الرضا العام، اي السعادة، فكانت النتيجة كالآتي:

١- الحياة الاسرية.

٢- الزواج.

٣- الحالة الاقتصادية.

٤- المسكن.

٥- الوظيفة.

٦- الصداقة.

٧- الصحة.

٨- النشاطات الترويحية.

(١) - الفوز بالسعادة. ص ١٣٣/ براترانـد راسـل / ترجمة سمير عبدة.

فالحياة الاسرية والزواج يتصدران قائمة الحالات التي تجعل من الإنسان سعيداً وراضياً .

وابلغ ما قيل في تاثير الحب على شعور الإنسان وسعادته ، واصدقه هو قول الرسول الاعظم(ﷺ) : «**ما ضاق مجلس بمتحابّين**» .

فما اجمل هذا التعبير الذي يعبّر عن حقيقة ما يفعله الحب في قلوب المحبين حتى في كدر الضيق ، إذ ينبثق نور الحب من القلبين ليحوّل ضيق المكان إلى سعة السعادة ، لا بهدم الجدران ، وإنما بإزالة الترسبات الجاثمة فوق إحساس الإنسان ، ليتحررّ وينطلق نحو سعادة القرب وانس الحبيب .

اجل . . هكذا يقوم الحب بدوره في إدخال صاحبيه عالم السعادة المشتهى .

٢ - الحب يخلق النجاح

لابد ان يكون للإنسان هدف في هذه الدنيا يسعى لتحقيقه في اي مجال يختاره ويرى فيه مصلحته وصلاحه، ولكن، هل يستطيع ان يفعل ذلك وحده، ام انه يحتاج إلى من يدفعه ويساعده؟

والمراة كذلك سواء اكانت رسالتها في تدبير منزلها وتربية اولادها ورعاية زوجها، ام كانت عاملة ام دارسة، ام تمارس عملاً اجتماعياً، او خيرياً او كليهما معاً، تبقى بحاجة إلى دافع مساعد يدفعها ويشّجعها لإتمام اعمالها بتفوق ونجاح، فالزوج يدفع بحبه زوجته للنجاح، والزوجة تدفع بحبها زوجها للنجاح ايضاً.

ولتقريب هذه الصورة نذكر مثالاً واقعياً. لقد صدر كتاب خاص يتحدث عن دور الزوجة في صنع الفاعلية لدى زوجها تحت عنوان «ادفعي زوجكِ إلى النجاح» تاليف دوتي كارنيجي، زوجة المؤلف الشهير ديل كارنيجي، وقد قام بتلخيصه مؤلف

كتاب «العلاقات الزوجية» في الكتاب ذاته، قد جاء في الكتاب الكثير من النصائح التي تستطيع الزوجة من خلالها ان تدفع زوجها إلى النجاح، ملخصها كالآتي:

١- ساعديه في تعيين الطريق وتحقيق الهدف.

٢- كلما حقق هدفاً، اصنعي له هدفاً جديداً.

٣- ما ينبغي ان تعرفه كل زوجة عن (الحماسة).

٤- كوني مستمعة طيبة له.

٥- شجعيه، وعاونيه على ان يصبح الرجل الذي ينشد.

٦- عندما تسوء الأحوال.. تذرعي بالإيمان.

٧- تعاوني معه.. والمي بعمله.

٨- شجعيه على مواصلة التعلم.

٩- كيف تكيفين نفسك مع ظروف العمل الاستثنائية.

١٠- هل يتضارب عملك مع مصالحه.

١١- لا تجعلي من البيت جحيماً.

١٢- لا تكوني معول هدم.

١٣- لا تخافي من المغامرة.

١٤- شاركيه في ما يمتعه.

١٥- شجعيه على اتخاذ هواية.

١٦ – وفري له وقتاً يخلو فيه لنفسه .

١٧ – اجعلي بيتك جنة ناعمة .

١٨ – لا تضيعي وقتاً .

١٩ – جسّمي فضائله .

هذا ملخص نصائح الكاتبة للزوجة حتى تدفع بزوجها للفاعلية والنجاح ، والآن لتسالي نفسكِ سؤالاً : هل بمقدوركِ اداء هذه الاعمال؟ . . من الواضح انها مهام جسام ، تابى الجبال حملها ويعجز الصبر عن إتمامها . .

فإن قراتِ هذه المهام بعين مجردة ، فستصابين بالذهول من ثقلها على عاتقكِ ، ولكنكِ إذا نظرت إليها بعين منقّعة في وعاء الحب فسوف تكون في نظركِ يسيرة جداً ، كشرب الماء في عذوبته وسهولته ، وكالعسل في حلاوته . .

الحب مخترع السيارة

في أواخـر القـرن العشـرين، اسـتخدمت «شـركة الإضـاءة الكهربائية، في (ديترويت) عاملاً ميكانيكياً شـاباً، وكـان يتقـاضى احد عشر دولاراً في الاسبوع، وكان هذا الشـاب يعـود إلى منزلـه بعد العمل المضني ليبدا صنع نوع جديد من المحّركات.. في حظيرة خلف منزله، لم يقـدّر ابـوه هـذا العمـل، وكذلـك الجيران واهـل الحي، إلاّ زوجتـه التـي كـانت تلازمـه في الحظـيرة وتسـدي إليـه المعونة، وتشاركه متاعب مهنته..

وبعد ثلاث سـنوات وفي عـام ١٨٩٣م، سـمع الجيران صوتـاً غريبـاً، هرعـوا على إثره إلى نوافذهـم فـراوا الشـاب -الـذي استخفّوا به وكـان يدعى «هـنري فـورد» - وزوجتـه يركبـان عربـة تجري بـلا خيـل، وكـانت تلـك هـي بداية صنـع السيارات التـي نشاهدها في عصرنا الراهن.

وبعد ذلك سُئل هنري فورد، عما كـان سيتمنى ان يكـون لـو قُدِّرَ به ان يعيش على الارض مرة اخرى، فاجـاب: (لا يهمنـي

ماذا اكون بقدر ما يهمني ان تكون زوجتـي بجانبي في هـذه الحيـاة الثانية).

إذاً، فانت تحتاج إلى الحب، لا لانـه حاجة فطرية كامنة في نفسك فحسب، بل لأنه يشعرك بقيمتـك كإنسـان، وبـاهميتك في هذه الحياة، ويدفعك لتسلّق سلّم النجاح بسهولة ويسر.

٣ - الأطفال برعاية الحب

لا تتوقّف انعكاسات الحب على الزوجين فحسب، وإنما لأولادكما نصيب في هذا التاثير، فهم معرّضون للتاثر باجواء الحب التي تعيشونها فيما بينكما، فإن «**الحقد داء دوي، ومرض موبي**» كما يقول امير المؤمنين(ع)[1]، اما الحب فهو الوقاية من ذلك الحقد والعلاج الطارد له من كل قلب.

كيف يتاثر الأولاد بمشاعر الحب بينكما؟

قد تقول: إنني لا املك اي شعور بالحب تجاه زوجتي، فماذا يضير هذا بالأولاد؟

صحيح ان الحب شعور في القلب ولا يمكن تلمّسه بالانامل ولا يمكننا رؤيته بالعين المُجرّدة، لكن المشاعر في كثير من الاحيان قد تؤدّي إلى انهيار الإنسان وتحطّمه، فكم من رجل جابه المصاعب والأذى، ولكنه لم يصمد امام دورة قلق بسيطة المّت به، فادّت به إلى الانتحار.. دائماً العدو الظاهر اضعف من

(١) - غرر الحكم، ٢٩٩، ص: ٢٩٩.

العدو الخفي . . حيث لا بدَّ من التحسّب له بالف حساب . . وفقدان الحب مرض وحلول البغض مرض . . لذا لا بدَّ من رعاية الحالة الشعورية التي يكون عليها الزوجان لإظهارها امام الأولاد في حالة انسجام دائم، لان لها تاثيراً كبيراً فيهم، وذلك في مراحل ثلاث يمرُّون بها أثناء نشوئهم:

١ - الجنين في معمل الحب

لا يرتبط جنينك بحالتك الصحية وبنوع الغذاء الذي تتناولينه فحسب، وإنما يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمشاعركِ، فقد اكّد العلم الحديث على ذلك، وإليكِ النصّ الآتي: «إن الاضطرابات العصبية للأم توجه ضربات قاسية إلى مواهب الجنين قبل إنجابه، إلى درجة انها تحوله إلى موجود عصبي لا اكثر، ومن هنا يجب ان نتوصل إلى مدى اهمية التفات الام في دور الحمل إلى الابتعاد إلى الأفكار المقلقة، والهم والغم، والاحتفاظ بجو الهدوء والاستقرار»[1]، «وفي هذا الخصوص يقول احد علماء النفس: «يجب ان يحظى الجنين بالمحبة والحنان اثناء الحمل، ولكي يحظى بذلك يجب على الام ان تحظى به اولاً..»[2].

ولهذا يقول الرسول(ﷺ): «الشقي شقي في بطن أمه والسعيد من سعد في بطن أمه»[3].

---

(١) - الطفل بين الوراثة والتربية ج١ ص١٠٧.

(٢) - مجلة العربي الكويتية، العدد ٤٢٣ / ديسمبر ١٩٩٤م.

(٣) - الطفل بين الوراثة والتربية ج١ ص١٠٧.

إن المشاعر الفيّاضة من الحب لكلا الزوجين، وإغداقهما الحب كلاً منهما على الآخر، كفيل بأن يشيع الاستقرار النفسي والسعادة والراحة في جو الأسرة، لكي يتخطّى الطفل مرحلة الحمل بسلام.

٢ - الطفل يستنشق الحب

الحب كالهواء، يستنشقه من يشاركونكما العيش في منزلكما، وعلى راسهم ابناؤكما، فإنهم يتأثّرون بالبيئة المحيطة بهم تاثراً كبيراً، خصوصاً وهم في مرحلة الطفولة، لان قلوب اطفالكما صفحات ناصعة البياض، تلوثها المشاعر السلبية، والكلمات السيئة، والنظرات النافرة بكل سهولة . .

يقول الإمام علي(ع) في هذا الصدد: «**إنما قلب الحدث كالأرض الخالية ما ألقي فيها من شيء قبلته**»[1].

ومما قاله الدكتور رينيه . أ- سبيتنز، الاختصاصي الامريكي في عالم الاطفال: «المناخ العاطفي هو الذي يحدد نشأة الطفل ومستقبله . .»[2].

فعندما تضع ابنك في اجواء يشوبها الحقد والنفور فسوف تصطبغ نفسه بتلك الصفات بفعل القابلية التي يمتلكها، وحين

---

(١) - نهج البلاغة، الكتاب رقم ٣١.

(٢) - كيف تسعد الحياة الزوجية - ص ٩٦.

يرى مدى كره والده لامّه فسوف يحمل حقداً على احدهما او كليهما ، وسيحمل الوان الحقد لأفراد المجتمع ليبدأ مسيرته نحو دمار نفسه ومجتمعه .

فقد جاء رجل إلى النبي(ﷺ) فقال : يا رسول الله ما حق ابني هذا؟ قال(ﷺ) : **«تحسن اسمه وأدبه، وضعه موضعاً حسناً»**[1] .

والموضع الحسن الذي يشكّل نفسيته بالصفات الطيبة ، هو الموضع الذي يسوده عبق الحب ، واريجه ، لكي ينعم بشمّه ويفوح عطره في الوسط الاجتماعي بعد ذلك .

---

(١) - الآداب والسنن، للإمام الشيرازي ج٤ ص٣٦٧.

٣ - الطفل بين يدي الحب

إن للتربية الاثر البالغ في تكوين الطفل النفسي والعقلي، ولذا فالاسرة تحتاج إلى ان تعيش الكثير من الانسجام بين الزوجين والتنسيق الدقيق بينهما للقيام بمهام التربية، فهذه المسؤولية العظيمة لابد ان يتحمّلها كلا الطرفين؛ وبدافع الحب للولد لا بدّ ان يسعيا لان تكون تربيتهما صالحة.

هنا تدخل اهمية رباط الحب بينك وبين زوجك، لان المربي لابدّ ان يكون محباً للولد الذي يبقى تحت رعايته، وإلا لن يُخلص في تربيته، ولعل من المبالغ فيه ان ندّعي ان هناك امهات لا يمتلكن رصيداً من الحب تجاه ابنائهن.. ولكن الزوجة التي تحمل مشاعر فيّاضة من الودّ لزوجها، قطعاً ستكون اكثر حباً للابن الذي انجبته من زوجها الذي تحبه، من تلك المراة التي لا تحمل إلا اكواماً من الحقد لزوجها، فتلك الزوجة تشعر بان هذا الولد ثمرة حب صادق فتنجذب إليه اكثر من غيره..

إن زوجتك التي تكنّ لك الحب ستكون حريصة على وضع طفلك في أعماق قلبها، فهي تشم رائحتك فيه، وهو يذكّرها بك، على العكس من اولئك النساء اللاتي تنشر قصصهن المجلات والصحف في كل يوم، واللاتي يصببن جام غضبهن على اولادهن، جرّاء سوء معاملة أزواجهن لهن.

اما قلب الأم السوي الذي يتلقى الحب فإنه «يطفح بحب الطفل، ولذلك فهي لا تتوانى عن القيام بأعظم التضحيات في سبيل رشاده ونموه، وحين تبتسم الأم بوجه الطفل وحين تضمه إلى صدرها، وحين تشمه وتقبّله من فرط الحنان والعطف.. تسري موجة من النشاط واللّذة في اعماق روح الطفل وتبدو على ملامحه وفي عينيه آثار الفرح والرضا»[1].

وقد ذكرت بعض الدراسات مخاطر حرمان الطفل من المحبة، فذكرت انه يصاب بالغم والاضطراب - وحدوث خلل في العلاقات - والقساوة والمرض والتشاؤم وعدم الاهتمام، والنقص في النمو والهروب من البيت وعدم التمتع بالحياة.

و قد «اظهرت بعض التحقيقات التي اجراها المتخصّصون بالعلوم الاجتماعية ان الكثير من الانحرافات والشذوذ، بما فيها الانحرافات الجنسية والسرقة، والعصابات،.. يجب البحث عنها

---

(١) - الطفل بين الوراثة والتربية / ج١ ص٢٢٨.

في مسالة المحبة، لدرجة ان نسبة ٩١٪ من المحرومـين خلال دراسة واحدة كانوا يعانون من نقص المحبة»[١].

فصلاح الاولاد مرهون بمقدار مصاحبتهم لاجـواء الحـب منذ فترة الحمل وحتى نضوجهـم في المنزل، ولا تتـم هـذه الصحبة إلاّ من خلال شعور الزوجين بحب كل منهما الآخر.

(١) - الأسـرة ومتطلبـات الطفـل - ص١٨٥.

٤ - الحب وأداء المسؤوليات

في قضية اغتصاب . . سال القاضي السيدة التي ادعت وقوع جريمة الاغتصاب بحقها . . «كيف حصلت الجريمة»؟

وصفت السيدة كيف ان الرجل طلبها للفراش فأبت [كعادتها] ورغم إلحاحه ، إلاّ انها كانت تتمنّع ، فعمد الرجل للعنف كوسيلة لنيل مراده ، فجرّدها من ملابسها واخذها للفراش عنوة . .

سال القاضي : ما هي صلة هذا الرجل بكِ؟

فأجابته : إنه زوجي يا حضرة القاضي ! ! !

إذا نظرنا لهذا المشهد الواقعي ، الذي يتكرر بشكل كبير في مجتمعاتنا ، سواء اكان بهذه الكيفية ام بكيفية اخرىٰ ، فسنجد ان المراة مقصّرة بحق زوجها ، لان المعاشرة الزوجية من حقه ، لكننا إذا امعنّا النظر قليلاً فسنكتشف ان الزوج لم يؤدّ واجباته تجاه زوجته ، فادىٰ بها إلىٰ التمنّع وعدم اداء واجبها في المقابل .

ولتوضيح ذلك وبيان صلته الوثيقة بالحب ، علينا ان نعرف ما تختزنه العلاقة الزوجية من واجبات يتوجب اداءها علىٰ الطرفي

فيها ، والحقوق التي يستحقها كل شريك من شريكه في هذه الحياة ؛ وإن عدم إنجاز كل طرف ما يتوجب عليه سيجعله يجابه صداً لحقوقه ، وحينها ينشب النزاع . .

وعندما يحلّ الحب في عشّ الزوجية ، فسيكون كلٌ من الطرفين مسروراً بأداء مسؤولياته وواجباته ، ولن يجد اية صعوبة في ذلك ، بل وسيزيد في ما يقدّمه للطرف المقابل ، لسبب بسيط ، هو انه يحب من يعاشر .

وقد يقوم بعض الأزواج بكل ما يتوجب عليهم فعله ، في حالة عدم مودتهم لزوجاتهم او العكس ، ولكن ذلك لن يكون عن طيب نفس ، وسيكون خالياً من اي إحساس . .

وهل تعلم بان (المحبة) للزوج قد تكون من ضمن الواجبات الشرعية ، التي قد نطالب المراة بها؟ إن على الزوج والزوجة ان يدركا هذا جيداً ، لأن اداء المسؤوليات يتوقف على هذه المحبة ، يقول مؤلف كتاب (الفقه : الاجتماع) : «إن إنماء العاطفة الموجب للعمل بالواجب واجب . . مثل إنماء العاطفة نحو واجب النفقة والأرحام حتى يوجب القيام بشؤونهم الواجبة والصلة الواجبة»[1] .

---

(١) - الفقه : الاجتماع، للإمام الشيرازي ص١٦.

٥ - الحب مفتاح لحلّ المشكلات

عندما تمتلك ذلك الشعور الـودّي تجاه زوجتك، فهذا يعني انك امتلكت المفاتيح الذهبية لحل مشكلاتك الزوجية بسهولة، ولا شك ان هذا الحب سيسهم في تذليل الصعاب التي قد تواجه اي زوجين دبّ بينهما الخلاف..

يقول علماء النفس في دراسة ظاهرة الزوج النكدي - كمثال لمشكلة تلاقيها الزوجة: «إن الحب الزوجي يلعب دوراً كبيراً في القضاء على ظاهرة الزوج النكدي، فبالحب وحده تستطيع الزوجة فض الاشتباك، وإذابة الجليد واستعادة احترام وتقدير وحب زوجها لها»[1].

فلو اخذنا مثالاً لمشكلة زوجية، هي: تأخّر الزوج عن المنزل بشكل مستمر، فقد تشك الزوجة في ذلك، وتعتبره حالة من التقصير والتهميش، فتنشأ حرب ضروس بينهما جرّاء ذلك، لأن مشاعر الحب غائبة عن الموقف، وإذا تصوّرنا الحدث ذاته، ولكن

---

(١) - الأمراض النفسية وعلاجها - ص٢٥.

مع وجود مشاعر الحب، فإن الزوجة سوف تحمل زوجها على محامل كثيرة من محامل الخير، فهي تعرف انه لا يهمّشها، فتجد له العذر في تاخّره وتقدّر انه كان عن غير قصد، او لاي سبب من الأسباب التي لا بدّ ان تكون مسوّغة لديها . .

وإن كان التقصير من جانب الزوج، فستسعى لبذل قصارى جهدها لحل المشكلة، عبر التفاهم الهادئ او اخذ الامور بحلم وروية او غير ذلك املاً بصلاح قريب . .

إن الكثير من محاولات الإصلاح الزوجي قد تفشل، لان العلاقة لم يتخللها الحب، او يكون هذا الحب قد نُسي في اوقات النزاعات، ما يجعل كل طرف يميل إلى التخلّص من الآخر، او الانتقام منه . اما إذا كان الزوجان يتبادلان معاني الحب، من وقت لآخر، فإن هذه المعاني المتبادلة تمنحهما دافعاً قوياً لتقريب المسافات، وتضييق شقّة الخلاف عند حدوث اي مشكلة بينهما، فيعود كل منهما للآخر بسرعة، ولا تقوّض رياح الخلاف بناء السعادة الزوجية .

ولهذا ينصح احد الخبراء في المعالجات النفسية، ان يركّز المصلح بين الزوجين على الايام الخوالي، وذكريات الهيام والسعادة التي عاشاها معاً . . لتنجذب النفسان كلٌّ منهما نحو

الآخر، ويسهل حل المشكلات بعدها، مهما بلغ الشقاق بينهما من الحدّة والعنف.

وكما ان وجود الإحساس بالحب في الحياة الزوجية، يسهم في حل المشكلات ووادها قبل ان تولد، فإن افتقاد ذلك الإحساس يخلق الكثير من المشكلات الزوجية، الأمر الذي يعده علماء النفس احد اهم اسبابها، ومن تلك المشكلات، عدم التقدير، والمعاملة الفظة، وحب السيطرة، وعدم احترام الحقوق، وسوء الظن وغيرها..

هل الحب وحده يكفي؟!

بعد أن استعرضنا شيئاً من ثمار الحب، ووجدنا انه يصنع المعجزات ويخلق السعادة ويرقى بنا إلى النجاح.. يقفز أمامنا سؤال مهم:

هل إفاضة سيولٍ متدفقة من الحب في العلاقة الزوجية تكفل لنا الإحساس بمذاق ثماره؟

إن الحب وحده وسط فراغ لم تتحدد معالمه، وفي عرض بحر لا يعرف له قرار، وطريق لا يرى له هدف.. لا يكون كافياً، فانت لا تستغني في حياتك عن الكثير من الامور، ابرزها:

١ - الإيمان بالله، لانه تعالى المتفضّل علينا بهذا الوجود، والإيمان هو الطريق المنجي في الدنيا والآخرة.

٢ - الثقافة السليمة، وهي الآلة أو الهدى الذي نسير في ضوئه للنجاة من ظلام الافكار فير المسؤولة.

٣ - الهدف الحق، الذي من اجله يعيش الإنسان، وهو بلوغ رضا الله تعالى.

٤ - الاخلاق الفاضلة، التي يتحلّى بها الإنسان في تعامله مع الناس.

هذا، لإضافةً إلى ممارسة الحياة الطبيعية التي تحافظ على سلامة الإنسان وتؤمّن له الرقي.. فعندما تتفاعل تلك الدعائم في شخصية الإنسان، يأتي دور الحب وتأثيره الخارق، ليكلّلها بالنجاح، ويضفي عليها هالة من الجمال، وحلاوة المذاق.

الهيام بلا حدود!!

هل لنا ان نهيم بأحاسيسنا بلا حدود؟

ام للحب حدود ينبغي ان يتوقف عندها؟

إن شعور الحب، مثله كمثل باقي الأشياء التي تخضع إلى قانون (لا إفراط ولا تفريط)، يتطلّب منّا المحافظة على توازن مشاعرنا تجاه ازواجنا، فلا نسمح لها بالانحدار والانطفاء، وفي الوقت ذاته لا نتمادىٰ فيها لدرجة الهيام القاتل وعدم التعقّل..

إننا كثيراً ما نسمع مقولات سلبية عن الحب، مثل عبارات (الحب عذاب)، و(الحب اعمىٰ)، و(لا يجتمع الحب والحكمة في شخص واحد)، و(لا كرامة في الحب)، وما شابهها، جميعها تدل على آثار سلبية قد تصيب بعض الذين يربطهم رباط المحبة، والصحيح انها ليست آثار الحب المتوازن، إنما هي آثار الإفراط فيه، والتوغل فيه حتىٰ الجنون، وهؤلاء الذين جرفتهم مشاعرهم نحو الضياع والتيه إنما تمكّنت منهم للاسباب التالية:

١ - اتباعهم شتىٰ الوسائل للوصول إلىٰ مادة الحب، وكلما لهثوا وراءها كلما ازدادت بعداً، فإنهم يقصدون مشاعر غامضة لا يعرفون ماهيتها، ولا يعرفون ماذا سيحدث بعد استلامهم ازمّتها..

فليس الحب هدفاً بذاته، إنما هو وسيلة للوصول إلىٰ أهداف كثيرة، السعادة في الحياة، والفاعلية، والتنشئة الحسنة، والعون علىٰ المصاعب، وبلوغ الأهداف.. هذه هي الحقيقة الغائبة عن عقل امثال هؤلاء..

وبجهلهم هذا تراهم يجهدون انفسهم ويستغرقون السنين، ويفنون الاعمار سعياً للوصول إلىٰ ساحة الحب، وعندما يتفاجؤون بانهم صاروا وسطها، يستحوذ عليهم الجهل، فلا يعرفون ما هي الخطوة التالية.. بل قد يستنكر بعضهم ذلك الشعور، ويفضل الإحساس الذي كان يحسّ به وهو يلهث وراءه، ويعتقد ان لذّة الحب في فناء الحياة جرياً وراءه، وإذا امسكه عاد واطلقه...إنها عقدة الحب التي ينتج عنها فناء العمر في طريق خاطئ، فعلينا ان نعرف هذه الحقيقة: إن الحب سحاب وثير يحمل صاحبه إلىٰ اهدافه بسلام، وليس هدفاً نلهث خلفه كالسراب.

٢ - ومن دواعي الإفراط في الحب، عدم التفريق بين الانجذاب الحبّي، وبين الانجذاب الجنسي، لذا نرىٰ الكثير من الشباب المولع بجنس النساء، يكونون عنيفين في علاقاتهم النسوية

والعكس صحيح، فيتحدّون كل الصعاب، والأعراف، ويحطّمون المبادئ.. ليصلوا إلى المراة التي يريدون، وبعد فترة زمنية، بعدما يشبع رغبته الجنسية، او يرى المراة الاكثر جمالاً، ينساق خلفها بذات القوّة.. إنه تيّار الشهوة العارم عند الشباب، وليست مشاعر الحب العاطفي.. فالفرق شاسع بينهما.

فإن الجنس غريزة شهوانية مرتبطة بالجهاز التناسلي، تلح هذه الغريزة على الإنسان بالحاجة لإشباعها، وتذهب ادراج الرياح إذا ما اخذ الإنسان مطلبه، واشبع غريزته.

اما الحب فهو غريزة فطرية ترتبط بالعاطفة تجاه الاجتماع، إنها تتمثّل في الانس الروحي، واللّذة النفسية، وحالة الرضا العام لدى الإنسان، وهذه من شانها ان تستمر وتؤدّي وظيفتها في الحياة لإسعاد الإنسان ورقيه على الدوام.

وفي هذا الصدد تسعى وسائل الإعلام الغربية ومن حذا حذوها لإذابة المحتوى الحقيقي للحب في قالب جنسي، فيدعون لممارسة الجنس بدعوى ممارسة الحب، وشتّان بين هذا وذاك..

ولا يعني هذا الخلط ان الغريزة الجنسية لا اهمية لها في الجانب الزوجي، وإنما الاعتماد عليها وجعلها محور العلاقة هو الامر الذي يوهن العلاقة الزوجية ويجعل عمرها قصيراً لا يدوم.. فالجنس يساهم في تعزيز العاطفة وليس بديلاً منها.

إن الحب العنيف الذي يقصده بعض الأزواج لا يولّد إلا مزيداً من المشكلات في الحياة الزوجية، كما يقول الدكتور القائمي: «يعيش بعض الشباب هاجس الطفولة بالرغم من تخطيهم ذلك وعبورهم تلك المرحلة، فهم ينشدون من أزواجهم -مثلاً- حباً عنيفاً يصل درجة العبادة! واي تقصير او إهمال قليل في تلك (الطقوس) يجعلهم يشعرون بالمرارة والحزن والألم، التي سرعان ما تفجر حالة من العدوانية والتنازع»[1].

(١) - الأسرة وقضايا الزواج، الدكتور علي القائمي، ص٥٤.

الحب من أول نظرة

هل صحيح ان الحب يُقذف في القلب من اول نظرة؟

وهل الحب لا بد ان يتم قبل الزواج؟

اسئلة حائرة في خلد الشباب والشابات، تبحث عن إجابة شافية، ليطمئنوا على مستقبلهم النفسي والعاطفي، نحاول ان نلقي الضوء عليها والوصول إلى إجابة شافية..

قالت إحدى الزوجات وهي تسترجع قصتها: لقد احببته كثيراً، واحبني كثيراً، نعم لقد تزوجنا زواج حب، حدث هذا عندما رآني اتسوّق مع عائلتي في السوبر ماركت، ولكن سرعان ما تحوّل ذلك الحب الكبير إلى جحيم لا يطاق، فالمشاحنات اليومية لا تنتهي، حتى على ابسط الأشياء.. سكتت قليلاً لتمسح الدموع الهادرة عن وجنتيها، فقالت: كم انا تعيسة في حياتي الزوجية، واتمنى لو انني لم اتخذ قرار الزواج منه..

يقول احد الخبراء في العلاقات الزوجية؛ واسمه (اجرام سانيفاد): «إن كثيراً من الزيجات التي تقوم على اساس سحر

الجسم فحسب ، او على غرام عابر سرعان ما تتحطم عندما يواجه الزوجان مشكلات اخرى للتوافق»[1] .

هناك حقيقة هامة ينبغي لنا ان لا نقفز فوقها وهي ان النظرة ليست هي الحب ، والإعجاب اللحظي ليس هو الحب ، لأن الحب يتصل بالإحساس العاطفي لدى الإنسان ، وهذا يأتي عبر مشاهدات وممارسات متراكمة . . لا تستطيع النظرة الاولى تكوينه .

ويخطئ الشباب الذين يوزعون سر انجذابهم لمن تقع عليه نظراتهم من اول مرة ، لحالة الحب التي انتابتهم فجأة تجاه ذلك الشخص ، لأن حالة الانجذاب لا تعني بالضرورة (الحب) ، إذ إن من غريزة الإنسان انجذابه لكثير من الصفات والمظاهر ، فالرجال بطبعهم يميلون لجنس النساء ، لطبيعة الاختلاف القائمة بينهم ، وكذلك الانجذاب الجنسي يرد عند كلا الطرفين ، لأن حاجة الجنس فطرية في كل مخلوق من البشر ، وكذلك انجذابه للجمال ، لكن ذلك ليس هو الحب بذاته . .

من الممكن ان تكون النظرة الاولى بداية للإعجاب ومثاراً للحب ، الذي يتولّد بعد ذلك ، كأن يرى الشاب الفتاة التي يرغب في الزواج منها ، ليتكون لديه الإعجاب المبدئي الشكلي . . ثم يتم الاختيار على اسس عقلانية سليمة مثل البحث عن ذات الدين ،

---

(١) - في العلاقات الزوجية، السيد هادي المدرسي- ص١٨.

والأخلاق، والعقل. . ليتم التوافق بين الجنسين، ثم يسبغون على ذلك كله المشاعر الحبية التي تحافظ على كل ذلك وتطوّره.

اما الاعتماد على الإعجاب الشكلي واعتباره حبّاً، فهذا يؤدّي عادة إلى انهيار العلاقة الزوجية في بدء الطريق.

يقول رسول الله(ﷺ): **«من تزوّج امرأة لا يتزوجها إلا لجمالها لم ير فيها ما يحب..»**[1].

لأن جمال الشكل قد يزول، إما بحادث او مرض، او تقدّم في السن، فلن تبقى الصفة التي تزوجها من اجلها، كما ان الجمال قد يحجب الرجل عن عيوب المراة قبل الزواج، فيكتشفها بعد المعاشرة في الزواج.

كما ان ذلك الإحساس الذي قد يتملّك الإنسان عند رؤيته لفتاة ما، ليس إحساساً صادقاً، إذ الإحساس الصادق لا يتكوّن إلا بعد المعاشرة ومعرفة الطرف الآخر معرفة جيّدة في معاملته الحقيقية.

لقد اجريت دراسة على ١٠٠,٠٠٠ شخص (مائة الف) من المحبين لزوجاتهم، واستغرقت خمسة عشر عاماً، فوجد ان الزواج القائم على الرغبة الجنسية والشكلية والعاطفية قبل الزواج، يتصدّع وينهار قبل بلوغ العامين. . اما المتزوجون زواجاً بدؤه الإعجاب القائم على التوافق والتفهم العقلاني، وإسباغه

(١) - الآداب والسنن، ج٤، ص١٥٣.

بالعاطفة والحب بعد الزواج ، فإن زواجهم هذا ضمان لدوام حياة زوجية سعيدة .

وعلينا ملاحظة ان الحب لا يتوقف عند جمال الوجه وسحر القوام فحسب ، وجمال المراة ليس شرطاً في نماء بذرة الحب في قلب الزوجين .

فقد تكون من تحبها لا تمتلك قدراً من الجمال ، إلا انها ذات خلق رفيع ، فتتجاذب نفسك ونفسها حباً . . إنه جمال النفس وصفاء القلب وزينة الاخلاق وحسن التعامل ، ما ينعكس على شكل المراة ورسمها في عيني زوجها ، فتصير في نظره اجمل جميلات الكون .

هذه هي الجاذبية التي تنافس الجمال بل تتغلّب عليه ، لان الجاذبية هي جمال الجوهر الذي لا يتغير ولا يصدا مع مرور السنين وتعاقب الايام . .

وعلى ذلك فليس على المراة التي لا تمتلك نصيباً من الجمال في الشكل ان تستسلم للياس من الحصول على زوج تتبادل معه مشاعر الحب ، بل عليها ان تتزين بالصفات الخلقية ، وتتجمل بالإيمان ، وترتدي حلل الآداب المتجددة ، فهذه الصفات من شانها ان تجعل المراة منافسة لاجمل الجميلات ، وتؤهلها لان تفوز برجل يقدّرها ، ويفضلها على نساء اكثر جمالاً . .

سبيلكَ لاختيار شريك الحياة

كيف تختارين الحبيب؟

وكيف يمكنك ان تختار المراة التي سوف تكون موضع حبك من بين كل فتيات العالم؟

للإجابة على هذا التساؤل اقرا الحوار التالي :

ذات مرّة تحدثت مع احد الشباب عن سبب تأخره في الزواج ، فاجابني في حديث طويل ، مؤداه انه لابد ان نتخلى عن الاعراف السائدة بخصوص اختيار الزوجة . . يقول : إنني لن اتمكن من حب فتاة اقتصر على النظر إلى وجهها وحسب .

قلت له : إذاً ما هو الحل من وجهة نظرك؟

قال : لا بد ان نعقد مجموعة من الجلسات حتى نتعرف على بعضنا اكثر ، جلسات لا تعكرها الأعراف الاجتماعية .

فقلت له : هل تعلم إلى ماذا تريد ان تصل؟ . . إنك تعبّر عن داعي هذه الجلسات بالتعارف ، ولكنك تريد ، ولعل ذلك بشكل لا شعوري ، ان تكوّن مشاعر من الحب تجاه تلك المراة ، بنوع من الصداقة والالفة ، اليس كذلك؟

فقال: نعم، هو كذلك.

سألته: لماذا تريد ذلك؟

قال: لانني سارتبط بها ارتباطاً مدى الحياة فلا بد ان احبها اولاً، اما ان اتزوجها ثم احبها فهذا امر مستحيل، لانني لم احبها فكيف اتزوجها.

قلت له: اولاً، الحب بإمكانه ان ينشأ بعد الزواج، وهناك دليل علمي بخصوص مشاعر الحب وكيفية تولدها، ودليل واقعي مما نجده في كافة الأسر التي احبّت بعد الزواج، هذا بالإضافة إلى ان تلك العملية التي تريد ان تجريها لها الكثير من المساوئ، وانها غير دقيقة في الوقت ذاته..

فالمراة عندما تتلقّف إعجاباً من احد الاشخاص فإنها سوف تميل له، لا لانه اهل لكي تحبه، بل لانه اعطاها من سحر الكلمات، ودندن على الوتر الذي تطرب عليه..

و في التعبير عن هذه الحقيقة يذكر المصريون طرفة تقول: «اخذ يقول لها انه يعجبه قوامها الرشيق وصوتها الموسيقي وعيناها الواسعتان و.. و.. ثم سالها، ما الذي يعجبها هي فيه، قالت على الفور: ذوقك الرفيع»[1]!!.

---

(١) – مجلة روز اليوسف – العدد ٣٦٤٢.

نلاحظ ان الفتاة انساقت وراء الوصف الجميل، فأبدت إعجابها بذوقه، الذي كان سبباً لمدحها، فالمرأة في الأغلب أسيرة المحبة، «ما دامت بكراً - لم يمسّ جسدها صابون الرجال - فإنها تصدّق حديث الحب من الرجل بسهولة»[1].

وهنالك امر آخر، فمشاعر الحب الحقيقي تأتي من المواقف الصادقة، ولذا قد لا تظهر الفتاة اثناء تلك اللقاءات بتصرفاتها الحقيقية، وكذلك بالنسبة للرجل، فكلاهما يعرف انها فترة امتحان ينجح المرء فيها او يدان، فسيكون إذاً التمثيل سيّد الموقف..

فلابد ان تبحث عن سبيل الاختيار العقلاني، للفتاة التي تتوافق معك.. والتي بالإمكان ان تكوّن معها حياة مليئة بالسعادة والحب، عن طريق اختيار الصفات التي تشعر انها قريبة من قلبك، وتتمنى ان تكون في الفتاة التي تنشدها، وعادة ما يتم ذلك بالنظر للجوانب التالية:

١ - الواقع العائلي وموروثاته، «انظر في أي نصاب تضع ولدك فإن العرق دساس»[2].

٢ - واقع العلاقات الاجتماعية، «الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ وَقَرِينِهِ»[3].

---

(١) - نظام حقوق المرأة في الإسلام، للمطهري - ص٧٦.

(٢) - شرح نهج البلاغة، ص ١١٦، ١٢، قول امير المؤمنين(عليه السلام).

(٣) - الكافي، ٣٧٥، ٢، قول الرسول الأعظم(صلى الله عليه وآله).

٣ - المدى الإيماني، «إِذَا تَزَوَّجَ الرَّجُلُ الْمَرْأَةَ لِجَمَالِهَا أَوْ مَالِهَا وُكِلَ إِلَى ذَلِكَ وَإِذَا تَزَوَّجَهَا لِدِينِهَا رَزَقَهُ اللَّهُ الْجَمَالَ وَالْمَالَ»[1].

٤ - الجانب الاخلاقي، «إِذَا جَاءَكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ خُلُقَهُ وَدِينَهُ فَزَوِّجُوهُ»[2].

٥ - المستوى الثقافي والإدراكي «لكل شيء قيمة وقيمة المرء ما يحسنه»[3].

٦ - التكافؤ، «أَنْكِحُوا الأَكْفَاءَ»[4].

٧ - الجانب الجمالي والشكلي، بحيث لا يكون على حساب الدين والاخلاق.

٨ - الجانب الصحي.

بالنظر إلى هذه الجوانب يمكننا ان نرسم صورة واضحة المعالم ومجسّماً ملموساً، لمن نسعى لتكوين علاقة زواج ناجحة مليئة بالحب معها، وكذلك بالنسبة للمراة عليها ان تضع هذه المقاييس

(١) - الكافي، ٣٣٣، ٥، عن ابي عبد الله الصادق(ع).
(٢) - الكافي، ٣٤٧، ٥، عن الرسول الأعظم(ﷺ).
(٣) - بحارالأنوار، ٤٩، ٦٢، عن الإمام علي(ع).
(٤) - الكافي ٣٣٢، ٥، عن رسول الله(ﷺ) وفي الخبر سأله رجل: ومن الأكفاء؟ فقال(ﷺ): «الْمُؤْمِنُونَ بَعْضُهُمْ أَكْفَاءُ بَعْضٍ».

نصب عينيها عندما يتقدم احدهم بطلب يدها للزواج ، لتتعرّف ايّهم يمكنها الانسجام معه وتكليل الزواج منه بالحب .

فهذه المقاييس هي مقدمات يمكن للإنسان ان يكوّن عند توافرها في الطرف الآخر الإحساس بالمودة ، والامور المذكورة نسبية تختلف من شخص لآخر .

الحب بين متباغضين

ليس حديث الحب لحديثي الزواج فحسب، وإنما هو للجميع دون استثناء، فإن القلوب لها مفاتيح خاصة يتمكن كل من يمتلكها ان يفتح بها قلبه، وقلب زوجته التي عاش معها فترة زمنية في حالة فتور او نفور..

«جاءت إحدى السيدات إلى طبيب نفساني، وقالت له: إنني اكره زوجي وقد عزمت على طلب الطلاق منه، لانني احسّ برغبتي في إيذائه بقدر ما في استطاعتي.

فقال لها الطبيب النفساني: في هذه الحالة انصحك ان تبدئي في إظهار حبك له، وإعجابك به، حتى إذا اصبح يشعر انه لا يستطيع الاستغناء عنك فاشرعي في طلب الطلاق، فهذه افضل طريقه لإيذائه.

وبعد بضعة اشهر عادت الزوجة إلى الطبيب النفساني لتقول له، إنها اتبعت نصيحته تماماً.

فقال لها: حسناً.. لقد حان الوقت لطلب الطلاق.. ولكن الزوجة صاحت قائلة في استنكار: الطلاق! مستحيل.. فقد وقعت في غرامه فعلاً!»[1].

ومثلما يولد الحب في بدء العلاقة، كذلك يولد اثناءها، وبعد حياة مليئة بتشققات البغض، والبرود العاطفي، وتراكم المشكلات.. إذا عرفنا ذلك فسنعي تماماً ما مدى اهمية إنقاذنا حياتنا، لتحويلها من ارض موات خربة إلى حديقة زاهرة طيبة..

لا تتردد في إبداء تلك المحاولة التي لا تتطلب منك جهداً كبيراً في زرع اغصان المودة التي قد تكون نسيتها يوماً من الأيام الماضية في حياتك الزوجية.. فالفرصة مواتية دائماً، ومناسبة في اي وقت من الأوقات.

وكثير ممن لا يعون هذه الحقيقة فيهربون من حياتهم الزوجية بحثاً عن الحب في نساء اخريات، يقعون في شرك العلاقات المتعددة الخاطئة او التي لا يستطيعون استيعابها فتنهار حياتهم الزوجية، بالرغم من مقدرتهم على خلق روح المودة بينهم وبين زوجاتهم.

---

(١) - في العلاقات الزوجية - ص١٨.

الفصل الثاني

كيف يولد الحب..؟



ولادة حب

إن السعي لتكوين الشعور بالحب في داخلـك كسائر الاعمـال والمهارات التي تحتاجها لكي تتقن ما تعلّمته بشكل نظري ، كجهاز الكومبيوتر مثلاً ، تحتاج إلى جانب دراستك العملية لـه ، الممارسة العملية لتتعرّف على المهارات المطلوبة وتكتسبها عن طريق المزاولة العملية . .

وفي طريقك لتكوين علاقة حب بينـك وبـين زوجتـك ، لا بـد لـك مـن ان تتعلـم لغتهـا ، وتتقـن فنونهـا ، نحوهـا ، وصرفهـا ، وبلاغتها . .

إنها لغة الاحاسيس والقلوب ، تسعى فيها للتقارب بـين قلبـين وخلق الالفة واللذّة والانس في اجتماعهما . .

وكمـا يقـول خبراء الكمبيوتـر ، إنـك تحتـاج بجـانب دراسـتك النظرية ، إلى التطبيق العملي ، وإلاّ فستذهب جهودك هباءً منثوراً .

كذلك في ولادة حبك ، لا بـدّ ان تمـارس التطبيـق العملـي مـع مـا سوف تتعرّف عليه نظرياً . . وإليك الآن ما يتوجّب عليك اداؤه . .

١ - التودّد

هناك حقيقة ذات اهمية كبرىٰ عليك ان تتعرّف عليها وهي : ان الحب لن يقع عليك من السماء فجأة . . وانه لن يُقذف في قلبك وقت نومك ، لتستيقظ صباحاً ، وتجد نفسك قد احببت . .

إنه ليس شيئاً من الخارج ، بل هو إحساس يرقد علىٰ فراشه في داخلك ، في اعماق قلبك ، وانت تقوم بدور الموقظ له من حالة السبات . .

وإذا لم يستيقظ بمجرّد دخول شريكك في حياتك ، فإنك بحاجة إلىٰ ممارسة الإيقاظ ، بالتعوّد علىٰ إظهاره ، وبالتكلّف في ترديده . .

لان الحب مثله مثل الصفات الفاضلة في النفس ، إن لم تظهر بسهولة ، فعلىٰ الإنسان ان يتمرّن عليها . . وكأنك تمارس رياضة الصباح لاول مرة ، فتحس بالتعب والإرهاق والتشنّج ، ثم يبدا ذلك التعب بالزوال شيئاً فشيئاً مع الاستمرار في اداء التمرينات . . كذلك الحب تحتاج إلىٰ ممارسته يوماً بعد يوم ، وستشّعر بثقل الكلمات في بداية المطاف لكنك سرعان ما ستحّس بسهولتها وعذوبتها في فمك . .

يقول رسول الله(ﷺ) : **«تحبب إلى الناس يحبّوك»**[1] .

وبعد ان تمارس الحب بالتودّد لزوجتك ، فان إشعاع التودد سوف ينعكس عليك حبّاً صافياً من شوائب التكلّف . .

وفي قصة السيدة التي لجأت إلى الطبيب النفساني التي ذكرناها في الفصل السابق ، خير مثال وشاهد على هذه الدعوى . . بعد ان كانت تحمل أكواماً من الحقد لزوجها . . تودّدت إليه تمثيلاً ، فتعلّق بها . . ثم تعلق قلبها به ، وتحوّلت حالة النفور إلى حالة تجاذب مؤنس . .

إذاً ، إنما هي بضع كلمات جميلة ، وهمسات دافئة ، ولمسات حانية ، لتكوّني إيحاءً داخلك ، كتمرين الصباح ، ولتشعري انت بحب زوجك ، وتشعريه بذلك الحب . . لكي ينعكس عليك حبه المخلص . .

يقول الفيزيائيون : لكل فعل ردُّ فعل . .

ويقول علماء النفس : لكل مثير استجابة . .

ويقول الإمام علي(ع) : **«قلوب الرجال وحشية فمن تألفها أقبلت عليه»**[2] .

---

(١) - الأداب والسنن، ج٢، ص٣٥١.

(٢) - ميزان الحكمة - ج١-ص ١٢٨.

إن عملية التمرين تلك، تؤلّف القلوب فتقبل عليك بالطريقة الآتية:

- ❖ انتِ تقومين بترديد كلمات الحب بشكل دائم، فتزرع هذه الكلمات في داخلك شيئاً فشيئاً، فيتكون لديك إحساس بحب زوجك.
- ❖ وهو يتلقى تلك العبارات فتؤثّر فيه وتخترق مشاعره، فيقوم بترديدها ايضاً، فيستشعرها..
- ❖ فتعود عليك مشاعره الودّية نتيجة لذلك..

هذا لان المحبة عملية تمسّ الروح والإحساس بشكل اساسي، يقول الحديث الشريف في معرفة المودة: **«اعرف المودة لك في قلب أخيك، بما له في قلبك»**[1].

وقد سُئِل الإمام الصادق(ع): «إن الرجل يقول لي اودّك، فكيف اعلم انّه يودّني»؟

فقال الإمام: **«أمتحن قلبك، فإن كنت تودُّه، فهو يودُّك»**[2].

إذاً هي عملية إيحاء وتمرين فتجاذب بين القلبين، فعناق بينهما.

(١) - الصداقة والأصدقاء ص ٨٠ عن البحار.

(٢) - المصدر نفسه.

٢ - كن وفياً

إن في الحياة الزوجية مجموعة من المسؤوليات التي تقع على عاتق الزوجين، والمسؤولية هي تلك الادوار التي يجب ان تقوم بها تجاه زوجتك . .

فالزوجة عليها مسؤولية رعاية زوجها وتلبية متطلباته المعنوية والجسدية، وحفظ اسراره ومساعدته . . الخ .

والزوج عليه مسؤولية الإعالة، ورعاية زوجته صحياً واجتماعياً، والمحافظة على شرفها . . الخ .

هذه المسؤوليات تحتاج اكثر ما تحتاج إلى (الوفاء)، وما إن تتم تلك المسؤوليات بمنتهى الوفاء والإخلاص، حتى تُزرع حباً طريّاً خالصاً في اعماق القلب .

فكيف ستكون ردة فعلك امام زوجة رايت منها كل ما ترضى وتحب، تخاف عليك من النسيم، وتسعى لرعايتك . . مجسّدة بذلك وفاءها إليك؟ . . طبعاً ستحب ذلك .

وللوفاء قاعدة عامة هي : ان يحب كل زوج لزوجه ما يحبه لنفسه، فالوفاء في مرافق الحياة جميعها من دون استثناء، ولنتناول

مصداقاً من مصاديق الوفاء لبيان اهمية الوفاء وتأثيره لخلق إحساس الحب والحفاظ على متانة العلاقة بين الزوجين، فمن الوفاء - مثلاً - ان ترقى بزوجتك في تصرفاتها وثقافتها وان تنصحها وتصحّح اخطاءها بنية صادقة في الوصول للأفضل . .

وفي هذا المعنى، هنالك قصة جميلة تجسّد الوفاء بشكل دقيق . .

«ذات امسية بعد زواج جورج وبيتي بوقت وجيز، وصل بهما الحديث إلى فيلم سينمائي شاهداه. كان راي بيتي ان بطل الفيلم فائق الجاذبية، إلا ان جورج لم يشاطرها هذا الراي.

قالت بيتي: «لا اردّ جاذبيته إلى مظهره فحسب، إنه قوي لكنه طيب النفس مرهف الحس. وهذا ما يجذبني إلى الرجل. ومع انك لا تتصرّف هكذا دوماً يا جورج فإنك في الحقيقة قوي واثق بنفسك، إني احبك لذلك».

قوي؟ واثق بنفسه؟ فاجا الامر جورج، فهو لم يصف نفسه قط بمثل هذه التعابير. فلطالما قعد مكانه والآخرون ياخذون القرارات عنه ويذهبون إلى حدّ توعّده احياناً.

وهو يقول متذكراً: «فجاة تفكرت في ان هذه الخلال موجودة فيَّ. وعزمت منذ تلك اللحظة على السعي إلى الظهور بمظهر القوي الواثق بنفسه مهما يكن شعوري في اي ظرف».

يقول روبرت هـ. لاور استاذ السلوك البشري في الجامعة الدولية في سان دييغو بكاليفورنيا معقّباً على ما جرى: «لو ان بيتي قالت لجورج: لم لا تكون مثل بطل الفيلم؟ «لجرحت مشاعره ودخلت في جدل عقيم ولما طرا تحسّن على حال زوجها. لكنها بثنائها عليه وإبلاغه ما تريد ساعدته على التبدّل».

ويقرّ جورج اليوم بعد مضي عدّة سنين: «رات بيتي فيَّ خلالاً غفلت عنها. وما كنت لأغدو ما انا عليه لولاها».

ويضيف لاور -استاذ السلوك- «إن جورج وبيتي اكتشفا سرّ الزواج الناجح، وهو مدّ الشريكين يد العون كل إلى الآخر لينموا وينضجا»[1].

هذا نموذج من وفاء زوجة لزوجها، عمدت فيه إلى تطويره بأفضل السبل، لأنها مخلصة إليه.. ونتيجة ذلك حب زوجها العميق لها..

يقول الإمام علي(ع): «**سبب الائتلاف الوفاء**»[2].

فإنك إن اعطيت وفاءً ستاخذ حباً، لانه سبب الائتلاف بين الناس، وإليكم بعض الوصايا التي تتجسّد فيها معاني الوفاء:

❖ اعملوا على تقويم بعضكما بافضل اسلوب.

---

(١) - مجلة المختار - ديسمبر ١٩٩٠م.

(٢) - غررالحكم، ٤٣٥.

- حسّنوا صورة شريككم امام الآخرين.
- اكتموا اسرار شريككم، ولا تذيعوا عيوبه.
- اصدقوا الحديث معه بشكل دائم.
- حافظوا على نفسه وماله وممتلكاته.
- اخلصوا المساعدة.
- أتقنوا واجباتكم الزوجية.
- حافظوا على عِرض شريككم.
- ادفعوا عنه كل بلاء وأذى يقترب منه، ولو لم يعلم بذلك.
- تمنوا لشريككم التوفيق والنجاح.
- بيّنوا للآخرين انه يؤدّي واجباته على اكمل وجه.
- لا تفكّر بشكل فردي، بل بشكل زوجي.
- عندما ترتقي علمياً، فلا تتركها حبيسة الجهل.
- إذا سنحت لك الفرص ان تأخذ لها قطعة من الحلوى في المناسبات فافعل.
- اجعل الاستمتاع مشتركاً وخصوصاً خارج المنزل.
- اصبروا على أذى الشريك في حد الممكن.
- قدّروا الظروف الصعبة التي يمرُّ بها كالمرض والفقر.
- قفوا معه عندما يكون متعباً او كئيباً.
- حافظوا على الالتزام بالوعود والمواعيد.

٣ - الحديث عمَّا يُحَبُّ..

«رحم الله عبداً اجترّ مودة الناس إلى نفسه فحدثهم بما يعرفون، وترك ما ينكرون»[١] . . هكذا قال الإمام الصادق جعفر بن محمد(عليه السلام) .

إن تجاذب اطراف الحديث فيما نحب وسيلة قوية لاجترار المحبة للقلوب بين الزوجين، خصوصاً ان فسحة التحدّث تكون متاحة لهما معاً بشكل كبير، لانهما يعيشان في ظل منزل واحد، وفي دفء غرفة واحدة، وعلى راحة سرير واحد . .

والزوج الناجح في تكوين علاقة مفعمة بالحب، هو الذي يستقطع جزءاً من وقته، للحديث مع زوجته في اهتماماتها، والزوجة الناجحة في احتواء قلب زوجها هي التي تخصّص وقتاً لحديثها عن اهتماماته . .

إذ ان «هنالك قاعدة ذهبية في فنِّ التحدّث مع الناس تقول: ستجد من تتكلم معه حول اهتماماته الخاصة منساقاً معك ومرتاحاً إليك دائماً»[٢] .

---

(١) - ميزان الحكمة ج٢ ص٢٠٥.

(٢) - الصداقة والأصدقاء، السيد هادي المدرسي، ج٣ ص١٦١.

سيكون من السهل عليك التحدّث فيما تحب، لكن قد يكون من الصعب ان تتحدّث عما تحبه زوجتك . .

فإذا عرفت ان هذا الحديث سيوقع في قلبك ندى الارتياح عندما تتحدّث فيه زوجتك معك، وسيوقع حديثك معها في ما تحب الارتياح الشديد والقرب منك، فإنك لن تتوانى عن عمل برنامج تداوم فيه على ذلك.

يقول احد المحامين الناجحين: «إن نجاحي في الحياة، مدين لمعرفتي فن التحدّث في اهتمامات كل من التقي معه، وكانت لي قصة في تعلّم هذا الفن، فعندما كنت في مقتبل الشباب، كنت مولعاً بالقوارب، وحدث ان زارنا ضيف في منزلنا، وبمجرّد ان عرف هوايتي، بدا يتحدّث عن المياه والبحر، والقوارب، فارتحت كثيراً لحديثه، وانسقت معه.

وعندما انصرف من المنزل سالت والدي عن وظيفته، فقال لي: إنه صاحب محل تجاري.

فقلت: فما باله يتحدّث عن القوارب، والبحار، والمياه، وكانه ابنها.

فردّ والدي: لقد عرف اهتماماتك، فتحدّث معك في مجال هوايتك، حتى يجذبك لتتبادل اطراف الحديث معه»[1].

---

(١) - الصداقة والأصدقاء، السيد هادي المدرسي - ج٣ ص١٦١.

الا تريد ان تجتذب قلب زوجتك نحو قلبك؟ . . إذا كانت الإجابة بنعم، فحدّثها عما تحب، حدّثها عن علاقاتها بصديقاتها، وعن اهلها، عن هواياتها، وعن عملها، وعن نفسها، وعن كل حديث ترتاح إليه.

قد تصطدم الزوجة عندما تريد الحديث مع زوجها عن عمله، بجهلها طبيعة ذلك العمل، يجدر بها عندئذٍ ان تحاول السؤال عن عمله، والاستفسار عن دوره، فإن مجرد المحاولة والتساؤل سيُحتسب اهتماماً ومشاركة في الحديث عما يحب، وهي مقدمة لاجترار محبتهِ.

٤ - قُل: أحبك

إن كنت قد وقعت في حب زوجتك، وتتمنّى ان تقع هي ايضاً في حبك، فقل لها: احبكِ.

وانتِ ايضاً ايتها الزوجة، ففي حال وقوعكِ في حب زوجكِ، لا ترددي في إخباره بحبكِ إياه، يقول علماء النفس: لا يكفي ان تحب احداً حتى تلاقي الحب ذاته منه، ولا يكفي في احيان كثيرة الاقتصار على التعبير بالافعال عن الاحاسيس، حتى تحصل على المبادلة في المشاعر.. فإن للتعبير اللّفظي للحب وقعاً كبيراً في النفس، يصعب محوه على مدى الازمان..

وقد قال رسول الله(ﷺ) في هذه العملية التجاذبية بين القلوب: **«قول الرجل للمرأة: إني أحبكِ لا يذهب من قلبها أبداً»**[1].

فكلمة واحدة تجترح المعجزات، ولها الاثر البالغ في قلب زوجتك، وما عليك إلاّ ان تتلفظ بها بلسانك فقط، وارسلها في الهواء نحو سمعها: (احبكِ)، وستتلقّى الإجابة السريعة.

---

(١) - الأداب والسنن - ج٤ ص١٣٥.

فلا تجلس مكتوف الايدي منتظراً زوجتك البدء بحديث الحب، ولا تضعي يديك على خدّيك في انتظار همسات حب من زوجكِ.. فينبغي المبادرة، ويخطئ الكثير من الأزواج عندما يوكلون السبب في عدم التلفظ بكلمات الحب من الطرف الآخر، عدم حبهم إليهم..

فانت تقول: لماذا لم تقل لي زوجتي كلمة احبك؟

وتتساءل هي: لماذا لا يقولها هو؟

الكثير من الازواج لا يحسنون التصرّف عندما ينتظرون الطرف الآخر ليقول كلمة احبك اولاً، في هذه الحالات غالباً ما يكون الحب موجوداً في القلب، مختبئاً عن القلب الآخر، فقد يحجبه حياء الزوجة، وقد يعتقد الرجل ان إظهار ما في قلبه ينقص من قدر رجولته..

لجا احد الازواج إلى خبير في العلاقات الزوجية، فاخبره بانه متزوّج منذ ثلاثة اعوام، ولم يسمع من زوجته كلمة واحدة تعلمه فيها بانها تحبه، هو يعرف شعورها نحوه، ولكنه يحتاج لكلماتها لتؤكّد له ما يعتقد..

فساله الخبير: هل قلت لها انت كلمة حب واحدة منذ زواجكما وحتى هذا الوقت؟

اجابه الزوج: كلا.. لم اقل لها شيئاً من ذلك.

قال الخبير: إن زوجتك أيضاً تعاني من المشكلة نفسها، اذهب واخبرها بحبك لانها تحتاج إليه، ثم سنتناول مشكلتك بالتفصيل.

ذهب الزوج مسرعاً فانتهز فرصة جلوسهما اثناء شرب الشاي عصراً، ليبوح لها بمكنونات نفسه بكل صراحة..

يقول الزوج: يا للغرابة! سرعان ما انتهيت من كلماتي، حتى بادرتني بالشعور نفسه، وكانها تنتظرني لأبدا، حتى تتفوّق علي في إبداء الكلمات الجميلة!!

والسؤال هنا: من عليه ان يبدا، الزوج أم الزوجة؟

والجواب: إن البدء لا يحدّد بنوع الجنس، ولكنه يحدّد بمن عرف اهمية كلمة (احبك) اولاً.. فيبدا.. وينبغي ان يراعي الزوج حياء الزوجة ويبدّده باحاسيسه المتلفظ بها، وإذا متن الحاجز عند الزوج، على الزوجة ان تحطّمه برقة كلماتها وعذوبة صوتها، لتشجعه وتدفعه ليقولها.. فهي كلمة سرّ، لفتح قلب طريّ، يستقبل بعدها كلَّ إحساس منك..

٥ - التقوى.. الطريق السريع

قد يكون برنـامج إنشاء الحب في قلب الازواج صعباً بعض الشيء، أو يحتاج إلى مزيد من الوقت والتمرّس، لكي يرتكز في اعماق النفس، ويحاكي القلب الآخر، لكنه يختلف تماماً في قلوب المؤمنين.

فصفة التقوى بما تصاحبها من معاني الطاعة للّه تعالى، والإخلاص، والامتثال لاوامره عز وجل، بمثابة طريق معبّد ليسير فوقه حب الرجل لزوجته او العكس..

وقلوب المؤمنين بما تعوّدت عليه من هيام في ساحة حب الله عز وجل، والتفاني في حب الرسول(ﷺ)، والذوبان في حب الائمة الاطهار(عليهم السلام)، وبما تحمل في اعماقها من حب المؤمنين، وبما تمتلك قلوبهم من الرافة والرحمة والسماحة اصبحت قلوباً واسعة المساحة، متفتّحة للحب، تستقبله بسهولة ويسر، بل ويُحسِّنُ حبُّ الله وحبّ الاولياء قلوبهم فتكون تربة صالحة لنمو الحب كما ان الارض الطيبة ينبت فيها الزرع الطيب، كذلك القلب الطيب ينبت فيه الحب الطيب..

يقول تعالى: ﴿وَالْبَلَدُ الطَّيِّبُ يَخْرُجُ نَبَاتُهُ بِإِذْنِ رَبِّهِ وَالَّذِي خَبُثَ لا يَخْرُجُ إِلاَّ نَكِداً﴾[1].

ويقرر هذه الحقيقة الحديث عن الإمام الصادق(ع): «إن ائتلاف قلوب الأبرار إذا التقوا وإن لم يظهروا التودّد بألسنتهم كسرعة اختلاط قطر السماء على مياه الأنهار، وإن بُعد ائتلاف الفجّار إذا التقوا، وإن أظهروا التودّد بألسنتهم كبعد البهائم من التعاطف، وإن طال اعتلافها على مذود واحد»[2].

فإن المؤمنين والمؤمنات عندما يقرؤون قوله تعالى:

﴿هُنَّ لِباسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِباسٌ لَهُنَّ﴾[3].

﴿وَعاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾[4].

﴿وَمِنْ آياتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْواجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْها وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً﴾[5].

فإن المسؤولية الإلهية، والضرورة الحياتية، تختلط على صفحة القلب مكونة بذلك أجمل لوحة حب عرفها الإنسان،

---

(١) - سورة الأعراف- الآية ٥٨.

(٢) - ميزان الحكمة -ج١ -ص١٢٩.

(٣) - سورة البقرة - آية ١٨٧.

(٤) - سورة لنساء - آية ١٩.

(٥) - سورة الروم - آية ٢١.

والزوج المؤمن يدعو كما يدعو الإمام زين العابدين(عليه السلام) في مناجاة المحبين: «**أسألك حبك وحب من يحبك، وحب كل عمل يوصلني إلى قربك..**».

فـ«**طوبى لمن يألف الناس ويألفونه على طاعة الله**»[1].

والحقيقة الناصعة في مواصفات محبة اهل الدين والتقوىٰ التي اكدها الإمام علي(عليه السلام) هي: «**مودة ذوي الدين بطيئة الانقطاع دائمة الثبات والبقاء**»[2].

فالإيمان والتقوىٰ هما ضمانة لتاسيس حب عميق، لا يتصف بالعذوبة واللذة وحسب، بل يمتاز بالقوة، فيكون ثابتاً لا تؤثر فيه الهزّات العنيفة الناتجة من مصاعب الحياة ومشكلاتها، وهو باقٍ ما بقي العمر والحياة لكلا الزوجين..

---

(١) - عن الإمام علي(عليه السلام) - ميزان الحكمة - ج ١ - ص ١٢٩.

(٢) - غرر الحكم، ٤٢٣.

وأفعال أخرى

ليست تلك الافعال والأقوال فقط هي التي تجتلب الحب وتزرعه، إنما هنالك اشياء كثيرة مضافة إلى ذلك، ومنها:

❖ الإحسان إلى الزوج.

يقول الرسول(ﷺ): «**جبلت القلوب على حب من أحسن إليها، وكره من أساء، إليها..**».

❖ التديّن.

❖ التواضع في السلوك وعدم التكبّر.

❖ البذل والعطاء.

قال الإمام علي(ع): «**ثلاثة تورث المحبة: الدين، والتواضع، والبذل**».

❖ البشاشة، وطلاقة الوجه، والابتسامة الدائمة.

قال الإمام علي(ع): «**البشاشة حبالة المودّة**».

ويقول الإمام الباقر(ع): «**البشر الحسن وطلاقة الوجه مكسبة للمحبة**».

❖ الإنصاف في المعاشرة.

يقول امير المؤمنين(عليه السلام): «الإنصاف يرفع الخلاف ويوجب الائتلاف»[1].

❖ المواساة في الشدّة.

❖ الرجوع على قلب سليم.

يقول الإمام علي(عليه السلام): «ثلاث خصال تُجتلب بهن المحبة: الإنصاف في المعاشرة، والمواساة في الشدة والانطواع، والرجوع على قلب سليم».

(١) - غرر الحكم، ٣٩٤.

غذاء الحب

يقول مؤلف كتاب (اللحظات الحقيقية)، الكتاب الذي تصدّر راس قائمة المبيعات العالمية للكتب عند صدوره: «مثلما توجد اغذية اساسية للجسم، هناك ايضاً ثلاثة انواع من الاغذية الأساسية للحب وهي الانتباه والحنان والتقدير..».

الانتباه: تكريس الانتباه يعني ان تكونوا حاضرين كلياً في اللحظة التي تعيشونها مع الشخص الذي تحبّون. لا شيء آخر يجب ان يكون مهماً بالنسبة لكم في تلك اللحظة، وحين تبذلون كل انتباهكم لشريك حياتكم، ولو لبرهة قصيرة، تفسح امامكم فرصة حقيقية لتشعروا بذاتكم ولتتقبلوا حبه.

الحنان: إظهار الحنان يعني إظهار التعلق بالشخص الآخر، إن علامات الحب تشفي الروح والجسد وتمتلك القدرة على تقوية نظام المناعة لدينا وتساعد على التواصل مع شريكنا على مستوى الانفعالات.

التقدير : «التعبير عن تقديركم يعني أن تقولوا لشريككم ما تحبون فيه، وما هي افضاله عليكم وما الذي يجعلكم تفخرون به، إن غالبيتنا لا نتلقى علامات تقدير كافية، كل واحد منا بحاجة لها»[1].

(١) - مجلة كل الأسرة - العدد ٢٣٨.

لغة الحب

إن التصرفات التي يتمناها الأزواج، لكي يشعروا بأنهم قد يعطون الطرف الآخر درجة من الحب عليها، لا تتفق في بعض الاوقات بين الأزواج والزوجات، لطبيعة الاختلاف في عواطفهم واحاسيسهم . .

فالرجال يرغبون عادة في تقدير اعمالهم التي يقومون بها وردّ الفعل الودّي من جانب المراة، (فللرجل خزّان حبّ . . ولكنه لا يُملا بالضرورة بما تقوم به المراة من اجله، بل يُملا عوضاً عن ذلك بالطريقة التي تتصرف بها المراة تجاه شريكها او شعورها نحوه . . »[1] .

والمراة تميل عاطفتها لتقدير زوجها لها، فهي لا تابه بعمل زوجها طوال الوقت لزيادة المصروف بقدر ما تشعر بالحب لقاء هدية بسيطة او قصاصة ورق ترتمي عليها متضمنة كلمات حميمة .

وإليكم هذه القصة للتعبير عن ذلك . .

---

(١) - الرجال من كوكب المريخ والنساء من الزهرة - جون جري، عن جريدة الأيام.

في إحدى الجلسات الاستشارية النفسية، قالت بام: «إنني اقوم بالكثير من اجل زوجي شوك ولكنه يتجاهلني، فكل ما يهتم به هو عمله».

وقال شوك (زوجها): «ولكن عملي يؤمن مصروفات منزلنا الجميل ويتيح لنا السفر وقضاء الإجازات.. ويجب عليها ان تكون سعيدة».

وردت بام: «لا يهمني هذا المنزل او الإجازات إذا لم نكن يحب بعضنا الآخر، فانا احتاج إلى الكثير منك».

قالت بام: «بالفعل، إنني اقوم دائما باشياء كثيرة من اجلك، فانا اغسل الملابس، اعد الوجبات، انظف المنزل وكل شيء. فيما تقوم أنتَ بشيء واحد فقط، وهو الذهاب إلى عملك الذي يؤمن مصروفاتنا وتتوقع مني ان اقوم بكل شيء».

شوك طبيب ناجح، وعمله مثل اغلب الاختصاصيين يستهلك الكثير من الوقت، لكنه مريح، لم يستطع شوك فهم سبب سخط زوجته، فهو يكسب جيداً ويوفر لها ولعائلته حياة كريمة.. ومع ذلك تكون زوجته تعيسة عندما يعود إلى المنزل.

في اعتقاد شوك، انه كلما زاد مكسبه من عمله كان عليه ان يؤدي واجبات اقل في المنزل، وان ما ينفقه بسخاء في نهاية كل

شهر حقق له ثلاثين نقطة[1] على الاقل.

وعندما افتتح عيادته الخاصة وتضاعف دخله، افترض بأنه يحرز ستين نقطة في الشهر دون ان تكون لديه فكرة بأن ما ينفقه حقق له نقطة واحدة فقط كل شهر مع زوجته بام.

لم يدرك شوك بان الوضع من وجهة نظر بام مبني على: «كلما كان هو مكسبه اكبر، حصلت هي على اقل». . فعيادته الجديدة تطلبت المزيد من الوقت والجهود، وهذا ما جعلها تزيد من نشاطها وتقوم بالكثير لإدارة حياتهما الشخصية وعلاقتهما.

ومع زيادة عطائها، شعرت بنفسها كمن تسجل ستين نقطة في الشهر مقابل نقطته الواحدة، مما جعلها تعيسة وممتعضة.

فبام تشعر انها تعطي الكثير وتحصل على القليل، في حين يبدو الوضع من وجهة نظر شوك، كمن يعطي الكثير حالياً (٦٠ نقطة) ويجب ان يحصل على المزيد من زوجته. . فالنتيجة حسب اعتقاده كانت متعادلة. . لقد كان راضياً بعلاقتهما ماعدا شيئاً واحداً، وهو ان زوجته غير سعيدة، وصار يلومها على مطالبتها بالمزيد.

بالنسبة إليه، ما ينفقه بسخاء يعادل ما كانت زوجته تقدمه بالمقابل. . وهذا السلوك جعل بام اكثر غضباً.

---

(١) - النقطة، بمعنى الدرجة في ارتفاع الحب، وهو تعبير توضيحي للمشاعر.

وبعد ما استمعا إلى شريط دورتي التدريبية عن العلاقات، تمكن بام وشوك من طرد الملامة من ذهنهما وحل مشكلتهما بالحب، واتخذت علاقتهما التي كانت تتجه إلى الطلاق منحى آخر.

تعلم شوك ان القيام بالأشياء الصغيرة لزوجته يُحدث فروقاً كبيرة.. وكان مستغرباً من مدى السرعة التي تغيرت بها الأوضاع عندما بدأ يدرك أن الأشياء الصغيرة بالنسبة للمرأة هي بمثل اهمية الأشياء الكبيرة.. وفهم لماذا حقق الآن مكسبه من عمله نقطة واحدة فقط معها.

«لقد كان لدى بام في الواقع سبب وجيه لتعاستها، فهي احتاجت حقيقة لطاقة شوك الشخصية، وجهوده واهتمامه اكثر بكثير من حاجتها لنمط حياتهما الموسرة.. اكتشف شوك انه عن طريق بذل القليل من الجهد في كسب المال وتخصيص المزيد من الطاقة في الاتجاه الصحيح ستكون زوجته اكثر سعادة.. وعرف انه كان يعمل لساعات طويلة املاً في إسعادها».. وعندما فهم كيف كانت تسجل هي النقاط، صار بإمكانه العودة إلى المنزل بثقة جديدة لأنه عرف الطريق لإسعادها)[1].

---

(١) - (الرجال من كوكب المريخ والنساء من الزهرة) - جون جري - عن جريدة الأيام.

كيف يمكن النساء تحقيق نتيجة كبيرة مع الرجال؟

لقد قام (جون جري) مؤلف كتاب (الرجال من كوكب المريخ والنساء من الزهرة)، برصد مجموعة من التصرّفات التي يمكن من خلالها ان تحقق الزوجات تطوّراً ملحوظاً مع ازواجهن في مجال إنماء الحب، وإليكِ هذه القائمة، وفي مقابلها المقدار الافتراضي لنقاط الحب التي يسجلها لك زوجكِ، وفي خانة (ما يحدث) هو الحدث الافتراضي الذي يمكن ان يحدث: هو او ما يشابهه:

	ما يحدث	النقاط التي يحتسبها لها
١	يرتكب هو خطأ ولا تقول هي له: لقد قلت لك، او تعرض عليه نصيحة.	١٠ - ٢٠
٢	يخيب املها ولا تعاتبه.	١٠ - ٢٠
٣	يفقد طريقه اثناء قيادة السيارة ولا تخلق هي من الموضوع مشكلة.	١٠ - ٢٠

	مـا يحـدث	النقاط التي يحتسبها لها
٤	ينسى ان يحضر شيئاً وتقول هـي لـه: لا بـاس هـلاّ احضرتـه عندمـا تخـرج مـن المنزل مرة اخرى.	١٠ - ٢٠
٥	عندما تجرحه وتتفهم مـا جرحـه، تعتـذر له وتعطيه الحب الذي يحتاج.	١٠ - ٣٠
٦	تطلـب هـي مسـاندته في وقـت آخـر، ويقـول هـو من جديـد: لا، فـلا تجعلـه يشعر بانـه مخطئ ولكنهـا تتقبـل حـدود إمكانياته في ذلك الوقت.	٢٠ - ٣٠
٧	عندمـا يعتـذر إليهـا عـن خطـا ارتكبـه وتتقبل الاعتذار بحـب وصفـح، فكلمـا كـان الخطأ الـذي ارتكبـه كبـيراً كـانت النقاط التي يحتسبها لصالحها كبيرة.	١٠ - ٥٠
٨	عندمـا يطلـب هـو منهـا القيـام بشـيء وتقول هي نعم وتبقى في مزاج طيب.	١ - ١٠
٩	عندمـا يريـد هـو إصـلاح الامـور بعـد مشاجرة ويبدا بالقيام باشياء صغيرة مـن اجلها، وتبدا هي في تقديره من جديد.	١٠ - ٣٠

	مــا يحــــدث	النقاط التي يحتسبها لها
١٠	عندما تكـون هـي سـعيدة برؤيتـه حـين يعود إلى المنزل.	١٠ – ٢٠
١١	في المناسبات الخاصـة، تتجـاوز عـن اخطائه التي قد تزعجها.	٢٠ – ٣٠
١٢	تستمتع فعلاً بمعاشرته.	١٠ – ٣٠
١٣	عندما ينسى ايـن وضـع مفاتيحـه ولا تكون نظرتها إليه على انه شـخص غير مسؤول.	١٠ – ٢٠
١٤	لا تقدم لـه نصيحة عندما يتولى قيـادة السيارة وتقدره على توصيله لها.	١٠ – ٢٠
١٥	تطلب مساندته بدلاً من إنعام النظر فيما فعله من الخطا.	١٠ – ٢٠



كيف يمكن الرجال تحقيق نتيجة كبيرة مع النساء؟[1]

١ - ابحث عنها لدى عودتك إلى المنزل وعانقها قبل القيام باي شيء آخر.

٢ - اسالها اسئلة محددة عن سير يومها مبدياً اهتماماً بما كانت تخطط لعمله، على سبيل المثال: (كيف سار موعدكِ مع الطبيب؟).

٣ - امنحها ٢٠ دقيقة من العناية والاهتمام النوعي (لا تقرا الجريدة أو تنشغل باي شيء آخر خلال هذا الوقت).

٤ - إذا كانت هي التي تعدّ العشاء عامة، او كان دورها، وبدت حقاً متعبة أو مشغولة، اعرض عليها إعداد العشاء.

٥ - اتصل بها واعلمها بانك ستتاخّر.

٦ - امنحها شيئاً من التعاطف كلما جرحت مشاعرها، وقل لها (انا آسف لانجراحك) دعها تشعر بتفهمك لجرحها.

(١) - مختارات من المصدر السابق، بتصرف.

٧ – اسالها إذا ما كانت تريد اي شيء من السوق لدى خروجك من المنزل ، وتذكر ان تحضره .

٨ – دعها تعرف الوقت الذي تريد ان تاخذ غفوة او استراحة فيه .

٩ – عانقها اربع مرات في اليوم تقريباً .

١٠ – اتصل بها من عملك لتسالها عن حالها ، او لتقول لها احبكِ .

١١ – اغتسل قبل معاشرتها او ضع عطراً إذا كانت هي تحب ذلك .

١٢ – اعرض عليها تدليك ظهرها او رقبتها او قدميها او ذلك جميعه .

١٣ – اخلق اجواء من الدفء والعاطفة دون ان تبدي ميولاً جنسية .

١٤ – كن متفهماً لتاخرها عندما تقرر تغيير ملابسها وتتجمّل .

١٥ – لاحظ حالتها النفسية وابدا بعض التعليقات مثل (انت سعيدة ! اليوم) او (تبدين متعبة !) او (كيف كان يومكِ؟) .

١٦ – فاجئها بمذكرة حب او شيء جميل .

١٧ – اقرا لها بصوت عال او اقطع من الصحف المقالات التي تجتذبها .

١٨ – امدح طبخها عندما تعد وجبات الطعام .

١٩ – استخدم وسيلة الاتصال بالعيون وقت إصغائك لها .

٢٠ – دعها تعرف بانك افتقدتها عندما ابتعدت عنها .

لكي لا ينام القلب

كالزّر الصغير الذي يحرّك صاروخاً نحو الفضاء، كذلك يتم تحريك الحب في القلب، إنه يحتاج لمجموعة من الافعال الصغيرة المدروسة، لكي توقظه من غفوته إذا ما غفا ونام، عبر تطويع الكثير من الأفعال والاقوال التي تتداول بين الزوجين يومياً، بخصوص العمل، أو المطبخ او الأولاد او حديقة المنزل، او التسوّق.

وكذلك ثمّة الكثير من العبارات التي يحتاجها كلّ من الزوجين للتعبير عمّا يريدانه، ليستطيعا ان يعزّزا حبهما من خلاله، ونودُّ أن نضع قاعدة ذهبية لهذه الحالة، تقول القاعدة: **«استفيداً من أي قول أو فعل لتعزّزا حبكما»**.

لان القلب مع تعاقب الأيام والسنين، وتراكم الأعمال وكثرة المسؤوليات، قد يغفو وينام إذا ما نسيناه، بل قد يموت ويقبر، عندما يقع ضحية الإهمال، فهو كائن حي يحتاج إلى إيقاظ بشكل مستمر، ليرتوي بالحب، ويرتدي حلّته الجميلة، فالحب

كالشجرة المثمرة عندما تمنع عنها الماء والضوء والهواء، فإنها لن تؤتي اوكلها، وستذبل وتموت، فإنك تحتاج إلى بعض العبارات والافعال المدروسة، لتصنع لك المعجزات، وتجعل قلبك دائماً يقضاً لحبك. .

وإليكم بعض هذه التعزيزات. .

١ - انتبهوا للرغبات الصغيرة

خلال الحديث الطويل الذي تتجاذبه مع زوجتك اثناء السفر او اثناء رحلة عائلية، او في جلسة شاي، عادة ما تتناثر من ثغرها رغبات صغيرة بين الفينة والفينة، تستحق تلك الرغبات ان تتلقفها وتصطادها، خصوصاً تلك التي تخرج اثناء الحديث الودّي في خلوة زوجية خاصة..

تقوم انت بلملمتها، ودراستها، ومن ثم تلبيتها وتقديمها كمفاجأة في وقت آخر، كباقة ورد نقطف ازهارها من افنية البستان لتقدمها فيما بعد..

«تقول باربارة: ناداني زوجي، (هديتكِ للعيد في الثلاجة وقد اخذتني الحيرة وفتحتها وانا اضحك، فقد وجدت داخلها علبة جيلاتي وآيس كريم كبيرة ملفوفة بعناية، كان حبي للجيلاتي مضرب مثل في بيتنا.

انفجرت ضاحكة بعدما نزعت اللفافة عن الهدية، فبدلاً من الجلاتي وجدت في العلبة اربعة ارقام خشبية كبيرة لمدخل المنزل،

محفورة باليد . . كان زوجي بيل سمعني اقول قبل شهر، إنني ارغب في ارقام للمنزل تسهل قراءتها .

تحركت مشاعري واحببت اللفتة المرحة في مفاجاته المزدوجة»[1] .

والحال هذه بالنسبة للزوجة . . فقد يرغب زوجكِ في شيء ما ، فلا ترددي في تحقيقه له ، وقد تكون تلك الرغبات ثانوية في حياتكم ، لكنها ستكون سبباً لتعزيز الرغبات الأساسية واولها العلاقة الودية بينكما .

(١) مجلة المختار ديسمبر ١٩٩١م.

٢ - قدّموا هديّة حيوية

اغتنم مناسبة سعيدة على قلبيكما لتقدم لزوجتك هدية تذكرها بأنك قصدتها بشيء، فتجدد إحساسها نحوك.

ففي الحديث: «تهادوا تحابوا»[1].

إن اغلب الناس يقدّمون هدايا لشريكهم الزوجي، لكنها قد لا تكون ذات مفعول في تعزيز علاقتهما الودية، إذ تُعدُّ عطية وليست هدية، وشتان ما بين هذه وتلك، فالعطية لا تحمل بين طياتها الإحساس الحبي، ولا تعبر عن الخصوصية الزوجية، اما الهدية فهي كذلك..

ومن اجل ان تاخذ الهدية بعداً كبيراً او تعزيزاً اكبر، احرصوا على ان تكون ذات معنى خاص في قاموس شريككم، لتاخذ مفعولها في تحريك الحب وتالقه.. فقد تكون للشريك رغبة فيها، او تذكّره بحادثة لطيفة، او بوقت ممتع، او يكون بحاجة ماسّة إليها.. وقد تقوم الهدية مقام رسالة ذات مضمون حبّي..

---

(١) ميزان الحكمة، ج١٠ ص٣٣٦.

عندما قدّمت عبير هديتها لزوجها قبل خروجهما بوقت قصير لقضاء سهرة عشاء في احد مطاعم المدينة ، كانت تعلم مدى حاجة زوجها عادل إليها ، فقد ابدى اناقته ووقف يسرّح شعره امام المرآة استعداداً للخروج .

اقبلت عليه من الخلف بالهدية التي اكتشف بعد رفع اللفافة عنها ، ان بداخلها زجاجة عطر من النوع المفضل لديه .

يقول عادل : لقد سعدت جداً بهدية زوجتي ، خصوصاً ان زجاجة عطري كانت فارغة منذ اسبوع تقريباً ، وتعطرت بها وخرجنا لقضاء امسية جميلة تصحبنا رائحة الهدية . .

فهنا ستكون اهديت شريكك الهدية ذات المعنى الخاص له قد اضفتَ ، لفتة اهتمام ، تولدّ لديه مشاعر ، تعزز حبّه لك وتوقظه من سباته .

٣ - امتدحوا شريككم

كيف يمكن ان تقدّر حسن التصرّف الذي ابدته زوجتك عندما كنت إزاء موقف حرج . . وقد انقذت الموقف ببعض اللباقة؟

وكيف تقدّرين زوجك الذي جاء تعباً جرّاء إصلاح تسرب الماء الذي كنت في حالة انزعاج منه وقتاً طويلاً ؟

إن التقدير في مثل هذه المواقف امر يسير، امدحوا تلك الجهود فإنه تقدير يعطي مفعولاً كبيراً يعزز حبكما، ويمنحه دفعاًيساعده على التجدد والديمومة اكثر فاكثر .

فإن الأزواج والزوجات عندما يقومون بعمل ما، ينتظرون ردّة فعل ما، فلا تجعل المواقف الجميلة والرائعة تتراكم عليك ثم تقوم بعد ذلك بأداء تقديرك لها جملة واحدة في جلسة منفصلة في آخر الاسبوع فتقول: لقد اعجبني ما قمت به طيلة هذا الاسبوع من كذا وكذا ... بل لا بد ان يكون لك رد فعل فور حدوث العمل، فتقول: لقد اعجبني هذا العمل، واشكرك على كاس العصير. إنه رائع بالفعل. .

فقد جاء في رسالة الحقوق للإمام زين العابدين(عليه السلام) : «وأما حق ذي المعروف عليك.. فأن تشكره، وتذكر معروفه، وتنشر له المقالة الحسنة»[1].

وإن تقديرك لما قام به زوجك من فعل، سيكون افضل من الفعل نفسه، يقول الإمام علي(عليه السلام) : «الشكر أعظم قدراً من المعروف لأن الشكر يبقى، والمعروف يفنى»[2].

يبقى لانه يخاطب القلب، وما يخاطب القلب يسكن فيه معززاً ومكمّلاً لما في القلب من مشاعر ودية . .

الكثير من الازواج يعرفون قيمة كلمة الشكر، او مباركة العمل، او مدح ما قام به الشريك، لان ذلك يجعل المشكور يستشعر تلك القيمة عندما تُوجَّه إليه من طرف آخر، إلا ان الكثيرين لا يكلّفون انفسهم عناء الاهتمام بما يطالبون الناس به، فلا يقدمون الشكر للشريك تعزيزاً الحب النامي في قلب الشريكين.

فلا يكفي ان يمدح الرجل زوجته او عملها امام الآخرين، ولا يكفي من الزوجة ان تمتدح زوجها امام الاخريات، بل لابدَّ ان تمارس العملية امام الطرف المعني، فقد سالتُ ذات مرة

(١) - رسالة الحقوق، للإمام زين العابدين.

(٢) - ميزان الحكمة، ج٥ ص١٥٢.

أحدهم عندما اخذ يبالغ في مدح طبخ زوجته الذي كنا نتناوله امام مجموعة من الاصدقاء، «هل قلت هذا الكلام الجميل مطرياً هـذا الطبخ ومـن صنعتـه، لزوجتـك يومـاً؟» فاجـاب: «بصراحـة، كلا».. فقلت له: «إن محل هذا المدح هناك اولاً»..

٤ - امرحوا

قد يظن بعضنا ان المرح والمزاح مع الزوجة امر يتنافى وقوة الشخصية، ويُنافي الجد، والصحيح ان تلك الشخصية التي تمارس الهزل والمزاح بشكل دائم وفي كل الأوقات حتى في تلك التي تتطلب شيئاً من الحزم والجد، هي التي تتصف بالضعف..

فمن يعش حياته الزوجية دون تقصير في اداء واجباته، ويهتم بجميع المتطلبات، يبقى بحاجة إلى شيء من المرح والمزاح بين الحين والآخر، حتى يضفي على الاجواء شكلاً من السرور، الذي يقوم بدوره بتغذية مشاعر الحب وإخراجها من حالة الذبول..

يقول الرسول الاعظم(ﷺ): «**إني لأمزح ولا أقول إلا حقاً**»[1]، ويقول(ﷺ): «**المؤمن دعب لعب**»[2].

تحوم في اجواء العلاقة الزوجية الكثير من الافعال والاقوال التي يتداولها الطرفان بشكل يومي وروتيني، فلماذا لا تفكر

---

(١) - ميزان الحكمة، ج٧، ص١٤٠.

(٢) - تحف العقول، ص٤٧.

بطريقة مرحة لإعطائها الهدية . . او تبادل النوادر، او الاحاجي والمسابقات . .

تقول آنت بكسمان، كاتبة مقال (غذاء الحب) في مجلة المختار : عندما سالتني صديقتي : ما الذي يؤمن استمرار حبي الجديد؟، عرضت لها جميع الاساليب البديهية، من تعاهد وتواصل، وتجاذب جسدي، واهتمامات مشتركة ونكران الذات، لكن تبين لي لاحقاً ان هناك اسباباً اخرى، فنحن مازلنا نمرح ونمضي اوقاتاً عفوية طيبة .

البارحة مثلاً، نزع زوجي (سكوت) رباط المطاط عن الصحيفة الملفوفة وقذفني به ممازحاً . . فدارت بيننا حرب ضروس .

والسبت الماضي ذهبنا معاً إلى المتجر وتقاسمنا لائحة المشتريات ورحنا نتسابق لنرى من يصل اولاً إلى الصندوق، حتى غسل الصحون بات بالنسبة إلينا متعة كبيرة .

فنحن ببساطة، نتمتع بمجرد وجودنا معاً .

وهناك مفاجآت ايضاً، فذات يوم عدت إلى المنزل ووجدت ملاحظة ملصقة على الباب فقادتني إلى ملاحظة ثانية، فثالثة، حتى وصلت إلى حجرة المؤونة، ففتحتها لاجد سكوت واقفاً ممسكاً قِدراً فيها هدية، كمن يمسك كنزاً في وعاء من ذهب، وانا

اترك له احياناً رسائل موجزة على المرآة واخبئ له هدايا تحت وسادته[1].

حقاً ان المرح والضحك يساهمان في التقارب والالفة وهناك مقولة معبرة لمؤلف كتاب (فن الترويح عن النفس) يقول فيها : (الضحك هو اقرب مسافة بين شخصين)[2]، فما اجمل ان نتمثل ذلك ونتحلى به ونطبقه في علاقاتنا الزوجية ! .

(١) - مجلة المختار، يونيو ١٩٩٢م.

(٢) - فن الترويح عن النفس، هادي المدرسي.

٥ - اهتموا بالمواعيد

إن للحفاظ على الموعد دلالة واضحة على اهمية الموعود، فعندما تعطي زوجتك هذه الاهمية، فسوف تاخذها لتترجمها إلى مزيد من الدفعات الحبية . .

يقول احد المتزوجين: إنني عندما اضرب موعداً لزوجتي، اعمد لمخالفته، فاتاخّر ساعة او ساعتين، لابين لها قوة شخصيتي واهميتي!!

والحق انه بهذا التصرّف إنما كان يهمّش شخصيته لدى زوجته، وقد اكتشف ذلك فيما بعد عندما كان ردّ فعل الزوجة تاخرها في الخروج واضطراره إلى الانتظار طويلاً.

يقول رسول الله(ﷺ): (عِدَة المؤمن دَيْن، وعِدَة المؤمن كالآخذ باليد)[1].

إذاً، فالاهتمام بالموعد، والدقة في إنجازه مع الشريك امر له دلالة المودّة. . .

---

(١) - ميزان الحكمة، للريشهري، ج١٠ ص٥٣١.

فمن احب احداً احب لقاءه، ومن احب لقاء شخص ما اسرع إليه . .

فالمردودات السلبية نتيجة تاخرك عن الموعد المضروب قد لا تُحمد عقباها، والوقت الذي يضطر فيه الشريك إلى انتظارك يُحتسب تراجعاً في علاقتك معه، لان الافكار السيئة التي من الممكن ان تتوارد على قلب المنتظِر تتزايد لتبلغ مقدار ضربات القلب، ويسهل عندها دخول الوساوس . . اتدري لماذا؟

ببساطة لانك عندما تعطي شريك موعداً، تكون قد اخليته من ارتباطاته كلها، وجعلت الرباط الوحيد القائم لديه بك انت وحدك، فالتفكير في هذه الحال لا يتوجه لشيء آخر سواك، فانت في دائرة تركيزه، فاحرص على النجاح في إعطاء صورة مشرقة عن نفسك لا تخيّب آماله بك، لان للامر حساسيته التي يجب الايُستهان بها.

٦ - تشاركوا في الأعمال

لا احد يجهل ان العمل المنزلي كالطبخ والكنس ليس من واجبات المراة، إنما تقوم به تطوّعاً او نتيجة لتوزيع الأدوار في ما بين الزوجين او ما إلى ذلك. .

والمشاركة في العمل المنزلي تحمل في معانيها صفة التعاون والتقدير لهذا العمل الذي تقوم به الزوجة، وكما تحب ان تتفهّم زوجتك ظروف عملك، كذلك هي تحب ان تتفهم ظروف عملها، فلا تراك متعالياً على ما تقوم به من اعمال هي في الاساس اعمال مرتبطة بكليكما، وإنما ينبغي ان تكون قريباً منها ومن قلبها من طريق الاعمال التي تؤديها. .

وكذلك عمل الرجال، فعلى النساء أن يتقرّبن من ازواجهن بمساعدتهم ومشاركتهم اعمالهم التي يقومون بها، فإن هذا اقرب للثقة واوثق للحب.

«يرى العالم النفسي البرت مول ان الرابطة بين الزوجين تقوى وتتوثق حين تجد المراة نفسها قادرة على مساعدة زوجها في

عمله. وحين تكون هذه المساعدة بناءة بارعة، واتت بطريقة غير مباشرة، فمثل هذه الامور تخلق الزواج السعيد، خصوصاً بين صغار التجار حيث تشارك زوجها عمله التجاري، او بين الفنانين حيث تساهم المراة في العطاء والبذل من تشجيع ومساندة»[1].

وعلى ذلك ينبغي ان يُشعر كلٌ منا الآخر بان شريكه قادر على مساعدته ومعاونته فيما يقوم به من عمل، لانه ذلك يشعره بانه قد قام بانجاز عظيم فيه تخفيف الاعباء والإعانة.

وإذا نظرنا سيرة الرسول(ﷺ)، فسنرى انه كان يقوم بعمل اهله، ويقوم ببعض الاعمال المنزلية كالخياطة وحلب الشاة وغير ذلك..

(١) - سيكولوجية المراة، باسمة كيّال، ص٤٧.

٧ - احترموا شريككم أمام الآخرين

في لحظات اجتماع الناس في مناسبة من المناسبات، كل فرد يسعى لكسب احترام الناس، ليشعر بقيمته واهميته كإنسان، ومن يبد ذلك الاحترام فسوف يفوز بالرضا والحب من قبل الشخص الذي وجّه إليه الاحترام.

فكيف إذا كانت الزوجة هي التي ابدت احترامها الكبير لزوجها؟. إن الزوج، في هذه الحال، سيكون اكثر سعادة ورضا، وسيعتز باحترامها له اكثر من اي إنسان آخر..

كذلك حال الزوجة، تحتاج دائما إلى ان تعرِّف الآخرين بانها تساوي شيئاً عند زوجها وليست مجرد مرافقه شكلية روتينية له، وافضل ما يعبرّ به الزوج في هذه الحال التلفظ بعبارات الاحترام امام الآخرين.. ويخطئ من يعتقد ان التعنّت والتعامل القاسي مع الشريك امام الآخرين إثبات لقوة الشخصية، وفرض لاحترام الذات على الطرف الآخر، وهناك من الناس من ينظر في تعامله مع الآخرين هذه النظرة ايضاً دون إبداء اي اهتمام بشريكه، إلا

أن ما ينبغي ملاحظته هو العكس تماماً بالنسبة للطرفين، للناس والشريك، فالاحترام والتقدير هو الاسلوب الأمثل في إثبات الذات واحترام ذوات الآخرين.

يقول الدكتور يسري عبد المحسن:

«المراة تهتم اكثر ما تهتم بكرامتها وكبريائها وعزة نفسها ولذلك يجب على الزوج ان يحافظ دائماً على تاكيد هذا الإحساس بالكبرياء والذاتية والعزة لدى زوجته مع البعد تماماً عن سياسة التحقير او التوبيخ او التقليل من شانها»[1].

فينبغي ان تعطي زوجتك مكانة في تصرفاتك معها امام الآخرين، لتعطيك ثمار الحب الطيبة، فإن «**القلوب مجبولة على حب من أحسن إليها، وبغض من أساء إليها**» كما يقول امير المؤمنين(عليه السلام)، فكيف إذا كان ذلك الإحساس احتراماً وتوقيراً امام الناس. لاشك ان النتيجة ستكون عندئذ مؤكدة وسريعة.

---

(١) - الأمراض النفسية وعلاجها - ص ٩١.

٨ - تعلّموا فن الإصغاء والمحاورة

يقول الإمام علي (عليه السلام): «عوّد أذنك حسن الاستماع»[١].

ضمن مجريات الاحداث اليومية تقوم الزوجة بالتعامل مع الاولاد ومشاكلهم، ومع متطلبات المنزل، وكذلك لها علاقاتها الاجتماعية، او قد يكون لها عملها الخاص بها، امام هذا الكم الهائل من العلاقات والاحداث. وتودّ الزوجة ان تتحدث عن ذلك مع زوجها، وتناقش معه بعض المشكلات، وتحكي له الإنجازات التي قامت بها او تفكّر في ان تقوم بها. في هذه الحال، لا ينبغي ان يتجاهل الزوج الامر ويعرض عن زوجته التي هي بامس الحاجة لإصغائه وتعاونه ومحاورته في شأنه، ونتيجة اهتمامه هذا، لا شك انه سيلقى مزيداً من الإقبال عليه والامتنان له، مايغمر قلبه بالسعادة، ويجعل الدنيا احلى في عينيه.

وكذلك الزوج عندما يتعامل مع محيطه الاجتماعي والعملي تتولّد لديه الرغبة الشديدة في محاورة الآخر، وسوف يقدّر

---

(١) - ميزان الحكمة - ج٤ - ص٥٥٣.

الشخص الذي سيانس بالإصغاء إليه ويميل إليه، ويمحضه ودّه وعنايته ورعايته.

قال احدهم: «حدثني احد المحاسبين انه تزوج من فتاة لا تعرف من المحاسبة إلاّ كما يعرف البقّال من النظرية النسبية، فقال: إنني استطيع ان احدثها بالمشكلات الفنية العويصة التي تصادفني في عملي، فتبدو لي كمن يدركها ويفهمها حق الإدراك والفهم، بوحي من إلهامها!

إنني اعدُّ ذهابي إلى المنزل متعة، لوثوقي من انني ساجد فيه من يستمع إليّ استماعاً واعياً عطوفاً»[1].

وقد يكون احد اهم الاسباب التي تدعو الرجل إلى الخروج من المنزل بكثرة وقضاء اليوم مع اصدقائه انه لا يجد من يصغي لما يودُّ ان يتحدث به من احداث مرَّ بها في يومه، فالحل لاجتذاب الرجل إلى داره مطمئناً، هو ان تلجأ الزوجة إلى إبداء الاهتمام بهذه الشؤون بالاسئلة الهادئة عمّا تقدِّر انه يود الحديث عنه، لجعله يحس انه يلقى في منزله اذناً واعية يركن إليها ويانس بها.

يحتاج طرفا العلاقة الزوجية إلى الإصغاء لهما عندما يكون الطرف المقابل يريد ان يفرغ ما عنده من شحنات الكلام، كما يحتاجان إلى المحاورة لاستخراج المطويات والمخبوءات من الهموم

(١) - في العلاقات الزوجية، للسيد هادي المدرسي- ص٦٣.

والهواجس التي تسكن قلب الطرف الآخر، والتي من شأنها تحطيم من ينطوي عليها وتشكل لديه هماً أوهاجساً، فكل منهما سيستخدمها ليعبر عن مكنونات النفس تخلصاً من ضيق الكبت . .

جاء رجل إلى رسول الله(ﷺ) فقال: إن لي زوجة إذا دخلتُ تلقتني، وإذا خرجت شيّعتني، وإذا رأتني مهموماً قالت لي: ما يهمك إن كنت تهتم لرزقك فقد تكفّل لك به غيرك، وإن كنت تهتم لأمر آخرتك فزادك الله هماً، فقال رسول الله(ﷺ): «إن لله عمّالاً وهذه من عمّاله لها نصف أجر الشهيد»[1].

(١) - الآداب والسنن، الإمام الشيرازي، ج٤، ص١٤١.

٩ - روّحوا عن انفسكم

إن لم تكن فكرة الترويح عن النفس قد طرحت بعد فقد حان الوقت لكي تبدؤوا بالترويح عن انفسكم في ما يحل ويجمل ، كالتمتع بالمشي فوق الحشائش الخضراء ومداعبة ارجلكم الامواجَ على ساحل البحر وممارسة الرياضة وغيرها ، فمن شان الترويح ان يجعل النفس تنبسط وتنشرح ما يبعث على الراحة وهدوء الاعصاب ، وبالتالي الشعور بالسعادة . .

وهذه الاجواء هي مرتع الحب ، فمشاعر الحب لا تاتي في اجواء التوتر والانقباض ، إنما في الراحة والانبساط ، وباستطاعتكم ان تتذكروا حبكم وتتحدثوا عن مشاعركم لتنساب في عروقكم انسياباً رقراقاً . . يقول الحديث الشريف : **«روّحوا القلوب ساعة بعد ساعة، فإن القلوب إذا كلّت، عميت»**[1] .

فالحياة العملية المستمرة دون انقطاع ودون توقف للراحة ، ليس من شانها التسبب بتراجع العمل وحسب ، بل من

---

(١) - فن الترويح عن النفس، السيد هادي المدرسي- ص٧٢.

شانها ان تؤثر على الحياة الزوجية كذلك، خصوصاً جانب المشاعر فيها، فقد تطحن ايام العمل الكؤود كل المشاعر التي تحملها لشريكك، وتذروها في طي النسيان، نتيجة لما يسببه ذلك من غشاوة بعد غشاوة على القلب فلا يعود قادراً على الإحساس.

يقول الإمام علي(ع): «للمؤمن ساعات ثلاث، ساعة يناجي فيها ربه، وساعة يروم معاشه، وساعة يروح عن نفسه في ما يحل ويجمل»[1].

فلابدّ إذاً من التخطيط لبرنامج ترويحي يقوم بمهمة تعزيز العلاقة الودية بين الزوجين ولا تفكّر في ان تترك ذلك للصدفة والظروف، فهي ساعات كساعات العبادة لها دورها الذي لا يُستهان به في التاثير على الروح، وكساعات العمل تؤدي إلى التطوير والتقدّم.

(١) - ميزان الحكمة.

١٠ - ممارسة الجنس

إن الله سبحانه وتعالى أودع في الإنسان الرغبة الجنسية، إذ هو بحاجة لإشباعها عن طريق الممارسة الجنسية مع زوجته - الجماع - فهذه الممارسة يجب الا تكون مجرّد رغبة عارمة يتم تفريغها وحسب، إنما لا بد ان تضاف إليها احاسيس الحب لكي تعطي إحساساً اكثر اتقاداً ومتعة . .

«فلو ان هذه العملية تمت بإحساس ومحبة ممزوجة بحرارة العشق فإن ذلك يبعث على دفء الحياة، ويجعل رابطة الزواج لذيذة جداً»[١] .

إن «هيرمان شوارتز» في كتابه سيكولوجية الجنس يحدثنا عن خطأ كلمة جنس، وكيف ان صحة هذه الكلمة هي الجنس النفسي، ثم يستطرد قائلاً: «لابد ان تكون ممارسة الجنس على قاعدة من الحب. والذين يمارسون الجنس في غياب الحب يحسون

(١) - الأفكار والرغبات بين الشيوخ والشباب، الشيخ محمد تقي فلسفي - ص١٥٨.

بالإعياء والسأم والاشمئزاز بعد الممارسة . اما الذين يمارسون الجنس في إطار الحب ، فهم يشعرون بالسعادة ، كما ينظر كل منهما للآخر وكانه يراه لأول مرة ، فيحسّ كل منهما انه قد ولد من جديد» .

يقول تعالى : ﴿وَعاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾[1] .

العشرة بالمعروف تشمل الحياة الزوجية بكل تفاصيلها بما فيها الممارسة الجنسية ، ومن هذا نتعرّف على مصداقية خبراء العلاقات الزوجية الذين يقولون إن الجنس ، لا يقتصر على مساحة الفراش ، وإنما هو مفهوم اعم ، يشمل العشرة العامة للزوجين ، وما الفراش إلا مرحلة الذروة فيها ، ومن هنا تاتي اهمية العشرة المستمرة بالمعروف ، لكي تلقي بظلالها على تلك الممارسة .

(١) - سورة النساء، آية ١٩.

١١ - سخّروا هواياتكم

سخروا هواياتكم في مجال حبكم . .

لان الهواية هي ما تهواه نفسك ، وهي العمل الذي تمارسه بين الحين والآخر لتأنس به ، فلا تبخل بتسخير شيء من هواياتك للتعبير عن حبك لزوجتك ، فقد تمتلك هواية الرسم ، فرسم صورة زوجتك فكرة مثيرة ، لن تنمحي من ذاكرتها . .

وقد تكتب شعراً ، فكتابة ابيات من الشعر تخاطب فيها قلب زوجتك ، كفيلة بتاجيج مشاعر الحب لديها ، وربط هوايتك بهواك في زوجتك امر كفيل بجعل الحس العاطفي بينكما مترابطاً ومتشابكاً ...

في إحدى ضواحي الاحياء الجديدة في إحدى المدن يسكن احد المزارعين مع زوجته في منزل صغير تتقدمه مساحة رملية صغيرة ، وكان المزارع يتاخر في عمله احياناً كثيرة ، فخطرت له فكرة تجعل من زوجته بصحبته اثناء غيابه ، فقام بكتابة عبارة (انا احب . م) وهو حرف من اسم زوجته على الارض امام المنزل ،

وقـام بزراعتهـا بـالخضرة وكلّلهـا بتشـكيلة جميلـة مــن الأزهــار، واسعد ذلك العمل زوجته التي اصبـح لديهـا عمـل إضـافي في كـل يوم هو سقاية ذلك الزرع كـل صباح ثـم الجلـوس امامـه مستانسـة بعد الظهر بانتظار زوجها.

١٢ - اخلقوا الاهتمامات المشتركة

إن ما يوجب تباعد الازواج في يومهم هو العمل، فالزوج يتوجه إلى عمله، والزوجة تقصد عملها، سواء اكان منزلياً ام غير ذلك.. والحال هذه عند تواجدهما في المنزل، فكثيراً ما ينشغل الزوج باهتماماته الخاصة وهواياته، والزوجة في انعزال عنه منصرفة إلى اهتماماتها ودورها في المنزل..

وهذا ما يقلّل الصحبة بين الازواج، ويقلل الاختلاط بينهم، ما يساهم في إسدال ستار البرود العاطفي وذبول أوراق الحب لدى الطرفين، لان الصحبة من مصاديق المعاشرة التي تعمّق العلاقة الحميمية بين الزوجين..

وافضل وسيلة لضمان هذه الصحبة هي إيجاد الاهتمام المشترك بين الطرفين، وان يكون كل من الزوج والزوجة عاملاً فاعلاً في ذلك الاهتمام، فيمتزج حب هذا العمل بحبٍّ كل منهما الآخرَ فيانسا معاً..

وذلك يتم بالبحث في الهوايات و الاعمال التي يميل إليها كل طرف ليجدا شيئاً مشتركاً مثل حب الكمبيوتر والاشتغال عليه،

والقيام بالعمل معاً عليه وبمتابعة الجديد في مجاله، والحديث معاً عن آخر الإنجازات والتشاور في ما يمكن عمله.

لقد اخبرني احد الاصدقاء انه يعرف كاتباً مكثراً في كتابته، بشكل يجعله منشغلاً عن زوجته اغلب الوقت، إلاّ انه وجد في زوجته حب التدوين والتنسيق، فجعلها مكملة له في عمله، فعندما ينتهي من مسوّدة موضوع ما يوعز لها بنسخه، وتنسيق مجهوداته، فاوجدا بذلك اهتماماً يشتركان به ويتفاعلان معه ومن خلاله.

وقد يلجأ احدنا إلى التعاون مع الآخر في الاعمال الخاصة به، فمثلاً تستطيع تأجيل ترتيب ارشيفك إلى وقت آخر تكون زوجتك فيه غير مشغولة بعمل ما.. وقد تطلب الزوجة من زوجها المشاركة في إعادة ترتيب أدوات المطبخ، والفكرة الاساس هي تحاشي الابتعاد اليومي الذي يسبب بدوره تباعد المشاعر وتجمّدها، وهكذا تجد انك ينبغي ان تخلق اهتمامات مشتركة او اعمالاً فرعية مشتركة، تقرّب المسافة بينك وبين زوجك فيمتزج حب العمل بحب الزوج..

الفصل الثالث

الرومانسية في العلاقات الزوجية

لماذا علينا أن نكون رومانسيين في علاقتنا الزوجية؟

إن الرومانسية[1] تعني في ما تعنيه، ثلاثة امور. .

١ - الخيال في مواجهة الواقع.

٢ - التكلّف في مواجهة الطبيعية والسجيّة.

٣ - التغيير في مواجهة الروتين.

والعلاقة الزوجية تحتاج إلى هذه المعاني الثلاثة لكي تتجدد وترقى، وينمو فيها الإحساس بالحب، فنحن مشغولون جداً عن عواطفنا واحاسيسنا بأعمالنا ومشاكلنا وهمومنا، بينما لا تحتاج الرومانسية منّا كثيراً من الجهد والوقت، ونسال كيف تقوم الرومانسية بأثرها في الحياة الزوجية؟ . . والجواب هو الآتي:

١- الخيال.

تكمن الحاجة للخيال في انه يبعد الزوجين قليلاً عن الواقع السلبي، والواقع الثقيل بقصد إصلاحه وتخفيفه، وليس الهروب

---

(١) - الرومانسية تعني تغلب الشعور والخيال على العقل، ولكننا في هذا المقام سنأخذ منها الشعور والخيال والتكلف ما يتوافق مع العقل والشرع.

كما يفعل بعض الناس عندما يحلّق فوق سحاب الخيال ويستغرق في احلام اليقظة، لنسيان المشاكل والهموم، وهو بهذا الهروب سيصطدم به بعد رجوعه إليه ليلقاه اكثر إيلاماً.. واكثر سلبية..

إنما ما نقصده هو ذلك الخيال المعقول الذي يريح الإنسان من متاعب الحياة، ليرجع فيما بعد للمواجهة، اي بمثابة إعداد وتنفس، وكذلك الخيال المعقول يعتبر امنيةً يعيشها الإنسان ليسعى لتحقيقها.

والخيال بدوره يضفي على الإنسان الشعور بالارتياح والاسترخاء، الذي يحتاجه الإنسان بين فترة واخرى، حتى إن علماء النفس يلجؤون للخيال لعلاج الكثير من الامراض النفسية، كما يوصون بتخيّل المعارف التي نريد حفظها لكي ترتكز في الذاكرة، كما ويؤكد علماء الاخلاق ان الخيال قوة من قوى النفس الطبيعية، ونزعة فطرية تسكن داخل نفسه، وبها تدرك المعاني الجزئية ودقائق الأمور والصّور، فلابدَّ من استغلال هذه الصفة في صالح العلاقة الزوجية، وفي سبيل الحب بين الزوجين.

٢- التكلّف.

التكلّف مطلوب بالقدر الذي لا يرجع على الإنسان بالاذى، والتكلّف الذي باستطاعة الإنسان تاديته قد يحتاجه الزوجان في

علاقتهما، لكي يتغلبا على تصرّفاتهما السلبية، او لجذب السلوك الإيجابي والمعزّز للحب نحوهما . .

ويوصي علماء النفس والاخلاق بتكلّف الطباع الحسنة، التي لم تعتد عليها النفس، وفي الحديث عن صفة الحلم، يقول: «**إن لم تكن حليماً فتحلّم، فإنه قلّ من تشبّه بقوم إلا أوشك أن يكون منهم**»[1].

فإن كنت لا تتبادل النظرات الودّية مع زوجتك، فلماذا لا تبدأ بتكلّفها، لتكون عادة حسنة تغذي علاقتكما . . فإن «العين بريد القلب»، كما يقول الإمام علي(ع)[2].

٣- التّغيير.

الروتين اليومي في الحياة الزوجية يؤدي إلى السأم، وهذا من شأنه ان يعكّر صفو الاحبّاء . . فـ«بين الحين والآخر يحتاج الإنسان ان يغيّر الاجواء التي يعيش فيها، لأن روحه تتعب من الصور المتكررة، والوجوه المكررة، والظروف المتكررة، ويتوق إلى تغيير نمط حياته، ومحيطه الذي يكتنفه»[3].

---

(١) - ميزان الحكمة ج٢ ص٥١٣، عن الإمام علي(ع).

(٢) - غرر الحكم ودرر الكلم - للآمدي ص٥١.

(٣) - فن الترويح عن النفس، السيد هادي المدرسي، ص٢٢.

يقول الحديث الشريف: «سيحوا في الأرض، فإن المـــاء إذا ساح طاب وإذا وقف تغيّر واصفر»[1].

هكذا يمثل الحديث بمن يقف على واقعه الروتيني، فإنـه كالماء الذي إذا وقف يتغيّر عن حاله ويصفرّ لونـه.. وإذا سـاح الإنسـان في الارض وعمـل علـى تغيير الروتـين فـإن روحـه تطيـب كالمـاء الزلال.

فليس من مانع في ان تغيّر ديكور مـنزلك، او اثاثـه، او موقـع تنزّهك او ملابسك وما شابه، فـإن ذلـك كفيـل بـان يجعـل الحيـاة المتكررة حياة متجدّدة بشكل دائم..

---

(١) - بحـار الأنـوار، نقـلاً عـن المصـدر السـابق.

وسائل الرومانسية

لابدَّ للزوجين، كي يدركا معنى الرومانسية، وتلامس احاسيسهما عذوبة الحب، ويرقى حبّهما ويستمر على الرغم من تعاقب الزمن وتقدّم السن، لابدَّ لهما من معرفة الوسائل اللازمة للإحساس بذلك..

إن الرومانسية توجّه الإحساس المرهف، وتطوّع جمال الخيال، وتحاكي التغيير، وتستوعب معاني التكلّف، لخدمة الحب الزوجي، ولذلك لا بدَّ من استخدام جميع الحواس للمساهمة في نقل احاسيس الحب إلى داخل الإنسان، كالنظر، والسمع، والشم، والتذوّق، واللّمس.

تعكس حواس الإنسان الرسائل التي يتلقاها من الخارج، ليتمكن من ترجمتها والتفاعل معها، فانت تانس لسماع الحديث الهادئ المتفائل، وتتالم وتنزعج لسماع الكلام الفوضوي، والاخبار السيئة، والاصوات النكراء.. كذلك في حالة النظر، فإنك تستمتع برؤية المناظر الجميلة كالبحر الهادئ والحدائق الناضرة، والديكور المنظّم الانيق..

يقول الإمام علي(ع): «العيون بريد القلب»[1]، وعن حاسة الشم يقول الإمام الرضا(ع): «لا ينبغي للرجل ان يدع الطيب في كل يوم»[2]..

فينبغي ان نطلق العنان لحواسّنا في مجالات الحلال الواسعة، لتستمتع به أيّما استمتاع، لخدمة المودة بين الزوجين، وقد تقول إن الرومانسية لا يستطيع اداءها وتوفير اجوائها إلا الاغنياء، لأنها تحتاج إلى تكاليف باهظة!!

ذلك غير صحيح، فإنكم تستطيعون ان تستغنوا بالافعال الشاعرية الموحية حتى في حياة الفقر والعوز، فلن تحتاجوا للمال للتنزّه، كذلك في الطعام هو ذاته ما تأكلونه كل يوم، إنما الفرق هو فن الممارسة الشاعرية، عبر التغيير والتلذّذ..

يقول الإمام علي(ع) في وصفه للمتقين: «**فمن علامة أحدهم أنك ترى له قوّة في دين.. وتجمّلاً في فاقة..**»[3].

فالفقر لا يتنافى مع التجمّل.. ولا يتنافى مع التنزّه وغيره من الأفعال التي ترعى قيمة الحب الكبير بين الزوجين، من اجل سعادتهما ودوام حبّهما..

---

(١) - غرر الحكم ودرر الكلم، ص٥١.

(٢) - ميزان الحكمة.

(٣) - الحياة ج٦، ص١٣٤.

فنّ الرومانسية

كتب مؤلفان مختصّان في مجال العلاقات الزوجية كتاباً اسمه (الف طريقة وطريقة كي نكون شاعريين)، وهما (جريجروي وجوديك)[1]، نذكر منه ثلاثين فكرة بتصرّف، وسنرىٰ انها لا تحتاج إلىٰ شيء من المال بقدر ما تتطلبه من إتقان وفن. .

١- اثناء تجولكما في السوق. . توقف وقل لها مبتسماً: «كم انا سعيد لانك زوجتي».

٢- ضع بطاقة دعوة زفافكما في إطار جميل وعلّقها في غرفة النوم، فذلك يعطيها إحساساً قوياً بانك تعتز بمناسبة زواجكما.

٣- اطبعي نسخة من عقد الزواج وارسليها له في البريد مع عبارة تقول: (هل تذكر ذلك اليوم؟).

٤- في ذكرىٰ زواجكما ارسل لها بطاقة ورد نسخة طبق الاصل عن التي كانت تحملها يوم زفافها او الحلويات التي تتناولها.

---

(١) - قامت باختصاره مجلة الأسرة.

٥- اعيدا تمثيل اول يوم عُقد فيه قرانكما او زواجكما، فذلك سيعيد إليكما مشاعر ذلك اليوم.

٦- اذهب بها إلى الاماكن التي كنتما تذهبان إليها أثناء فترة الخطوبة، او اول ايام زواجكما.

٧- خصّصا يوماً في الاسبوع للخروج بمفردكما لتناول العشاء او التنزّه.

٨- الاكثر شاعرية من الخروج هو تناول العشاء في البيت على ضوء الشموع، خصّصا يوماً لذلك، بحيث تطبخين اكلة خاصة.

٩- رتّبا إجازة خاصة بكما، (من دون الاولاد) ولو لمدّة قصيرة جداً، فذلك يعيد الحياة لزواجكما وينعشه.

١٠- حين تسافر اكتب لها كلمات الحب والشوق (احنُّ إليك)، (ساظل افكر فيكِ) او ابياتاً من قصيدة تعرف انها تحبها.

١١- عندما يسافر زوجكِ ضعي له بطاقة بين ملابسه في الحقيبة، او في جيوب ملابسه، وكل مكان يمكنكِ إخفاؤها فيه.

١٢- رافقها حين تذهب للتسّوق، وخاصة لشراء ملابسها الخاصة وعطورها، ثم اعط رايك بدقة، ومن المهم ان تكون صبوراً معها ولا تتذمر إذا اطالت التسوّق وترددت كثيراً قبل الشراء، فكم سيريحها ذلك ويسعدها، وسيزداد حبها وتقديرها لك.

١٣- اشتر كتاباً للكاتب المفضل لديها وضعه في مكان تشاهده فيه، مع بطاقة مكتوب عليها إهداء منك إليها. (من دون مناسبة).

١٤- اذهبا سويا إلى المكتبات واختارا كتبا للقراءة سويا، فتلك العملية تعني المشاركة الفكرية.

١٥- اقرئا الجريدة معا..

١٦- اذهبا للمشي مساء سويا.

١٧- حاول ان تاخذها معك في إحدى رحلات العمل خارج البلاد، حتى لو كانت ليومين فقط، فذلك يشعرها انك لم تستغن عنها كلّية، وانك تسعد بوجودها معك اثناء سفرك من أجل العمل.

١٨- اذهبا للأسواق لمجرد التفرّج على المحلات وليس لشراء شيء، فمجرد المشاركة تقربكما بعضكما من بعض.

١٩- تظاهرا، او مثّلا، انكما سائحان في بلدكما، اذهبا سوياً لزيارة المتاحف والمناطق السياحية. فالتمثيل يولد إحساسا بالسياحة وكانكما مسافران في إجازة، مجرد الفكرة ستضفي على حياتكما كثيراً من التغيير والإثارة.

٢٠- اجلس معها في المطبخ لمجرّد الحديث وتسليتها اثناء الطبخ، او ساعدها في المطبخ، فذلك قمة في الشاعرية بالنسبة للزوجة.

٢١- في عيد ميلاد ابنك او ابنتك قدم هدية لزوجتك وقدم لها بطاقة مكتوب عليها بخط يدك: «انت التي تستحقين الهدية لانك انجبت ابننا وتعبت في تربيته»، فليس هناك اجمل من إحساسها بانك فخور بها كام.

٢٢- اخبر سكرتيرتك او عامل البدالة ان يوصلا مكالمات زوجتك لك مهما كانت ظروفك، حتى لو كنت في اجتماع. فذلك يؤكد لها انها تحتل الاولوية في حياتك.

٢٣- ارسلي له بطاقة، تحمل كلمات رقيقة، بالبريد إلى مكتبه.

٢٤- اخرجي عن المالوف وادعي زوجك للعشاء بدلاً من ان يدعوك هو..

٢٥- حاول ان تبدي الاهتمام بحماتك، قدّم لها هدية مثلاً، فإن ذلك سيسعد الابنة ويسحرها.

٢٦- اذكر محاسنها امام اهلك كلما سنحت الفرصة.

٢٧- تقرّبي من امه واساليها عن كل شيء عن زوجك منذ كان طفلا حتى الآن.

٢٨- قدّمي هدية لامه.

٢٩- دللّها ذات صباح، واحضر لها كوب الشاي او القهوة، بل حتى الإفطار إلى السرير.

٣٠- انظري دوماً إلى الجوانب الحسنة في زوجك، واخبريه عنها كلما سنحت الفرصة. فذلك يرفع من معنوياته ويجعله أكثر ثقة فيك، واكثر ارتياحاً لوجودك معه.

الممارسة الروحية

لا شك ان لغة التجاذب بين الزوجين، هي لغة روحية، تتجاذب فيها الروحان لتمتزجا معاً، كما عبرّ الحديث: «الأرواح جنود مجندة، فما تعارف منها ائتلف، وما تناكر منها اختلف»[1].

فعندما نريد زيادة الترابط الروحي إلى حد يصعب فكاكه ويزيد في إشراقة الروحيين.. فلا بد من ممارسة البرنامج العبادي معاً، وهو الذي يربط العبد بربه، ليكون هذا الرباط مساهماً في الإحساس بالطمأنينية، والراحة للآخر بل هو تجاذب في الله وأمام الله..

ومن اجل إيضاح الممارسة الروحية الثنائية نذكر هذه النقاط التي تكوّن برنامجاً عملياً في هذه الممارسة:

١- خصّص وقتاً من الاوقات للصلاة في المنزل، اقم الصلاة جماعة مع زوجتك، انت الإمام وهي المأمومة[2].

---

(١) - ميزان الحكمة - ج٤ - ص١٩٨.

(٢) - حسب الشروط الشرعية.

٢- اقيما صلاة الليل سوياً، قبل ان تخلدا إلى الفراش.

٣- اقرا الدعاء معاً، بحيث تخصّصان وقتاً لذلك مثل ليلة الجمعة تقراان دعاء كميل أو زيارة عاشوراء، وبعد إتمام هذا الطقس العبادي توجّها بالدعاء لبعضكما.

٤- تدبّرا معاً آيات القرآن الكريم، فبالإضافة إلى الاستفادة الروحية، ستكون لكما فائدة فكرية ومشاركة الروحيين والعقليين.

٥- تسابق معها مسابقة ذكر الاحاديث، فعندما تذكر حديثاً ينتهي بحرف السين، تبدا هي في ذكر حديث آخر يبدا بالحرف نفسه.. او غير ذلك..

٦- عند جلوسكما صباحاً، ادر جهاز التسجيل بصوت منخفض يحتوي على تلاوة الآيات القرآنية المشنفة للأسماع والقلوب..

٧- لا تجعلي بيتك يخلو من زينة الآيات القرآنية الموحية والمذكرة دوماً.

٨- عندما يسافر زوجك ضعي له القرآن الكريم، وكتاب الدعاء في حقيبته، واكتبي في بطاقة داخل الدعاء: «لا تنسني من الدعاء».

٩- اذهبا لحج بيت الله الحرام عند الاستطاعة معاً، أو اعتمرا عمرة مفردة معاً، لتتشاركا في هذه النعمة الربانية، والضيافة الرحمانية.

١٠- توجّها إلى العتبات المقدسة، واتخذاها سياحة روحية..

١١- عند دعاء أحدكما بمفرده، فليخلص الدعاء لشريكه..

كيف تكتبون بطاقة

إن من اشهر الوسائل للتعبير عمّا تختلج به النفس من مشاعر ودّية، كتابة بطاقة موجزة لزوجك تعبّر فيها عما تعتمل في نفسك، حيث إن البطاقة تمتاز من غيرها من وسائل التعبير عن الاحاسيس بعدة اشياء اهمها:

١- انها متحدّث رسمي عن المرسِل في حالة غيابه.

٢- شحنة من المشاعر مهداة على شكل بطاقة.

٣- ذكرى ملموسة يستطيع ان يتفقدها الازواج اوقات البرود العاطفي.

٤- رسالة توجيه مهذّبة، ولفت انتباه موح.

٥- وقد يعتبرها اشخاص تفريغاً للمشاعر التي اسكتها الحياء.

ولكن لا زال الكثير من الازواج يهابون كتابة البطاقة، وبعضهم يخطئ في توجيهها..

«فاطمة عمرها اقترب من الاربعين، ولديها اربعة اطفال.. ولم تستقبل ولم ترسل في حياتها بطاقة في عيد الحب او في عيد الزواج او في اية مناسبة عاطفية..

تقول فاطمة: تزوّجت صغيرة جداً.. وكان المفترض ان يعلمني زوجي كيف يتم تداول مثل هذه الاشياء فهو الاكبر والاكثر خبرة واحتكاكاً بالمجتمع والاكثر عملاً والاكثر سفراً و.. عندما كبرت ادركت اهمية بطاقة المعايدة في حياة البشر. تردّدت في المبادرة.. وما زلت في انتظار ان يبادر هو بإرسال بطاقة لارد عليها»[1].

ونود ان نستعرض هنا بعض الإرشادات في كتابة البطاقة، لكي تصبح همسة ذات إيقاع جميل يرسلها الحبيب لمحبوبته، ولتكون سهلة المنال يستطيع اي زوج وزوجة ان يتبادلاها معاً..

(١) - مجلة كل الأسرة - العدد ٢٢٦.

البطاقة واللغة

اكثر من يهاب كتابة البطاقة هم اولئك الذين لم تكن لديهم تجربة كتابية سابقة، ولم يتعودوا الإمساك بالقلم لكي يعبروا عن مكنونات انفسهم.

واكثر الناس قدرتهم الكلامية تفوق قدرتهم على الكتابة _ كما يقول علماء النفس _ فقد يقف احدهم لينشئ خطاباً لمدة ساعة كاملة دون توقف، ولكنه يعجز عن كتابة سطر واحد على الورق..

إن الفرق ليس كبيراً بين التلفظ والكتابة، إذا اتبعت اسلوب ترديد الكلمات بصوت مرتفع، ثم تقوم بكتابتها على الورق، او تقوم بتسجيل صوتك على جهاز التسجيل، ثم تنقله على سطح الورق..

ومن الخطا ان تتردد في كتابة البطاقة خوفاً من الوقوع في خطا إملائي او نحوي، فإنك لن تكتب بحثاً لمناقشة رسالة الدكتوراه، ولن يتوقع الطرف الآخر رسالة من عالم النحو (سيبويه).

المهم ان تحمل بطاقتك بين طيّاتها المعاني التي تريدها ان تنفذ وتستقر في قلب شريكك، كما ان على المرسل إليه ان لا يشدد في تقنيات الكتابة، إنما عليه ان يبحث عن الشحنات العاطفية التي تحتضنها تلك البطاقة.

(م. ب وهو شاعر. . ، صدمته اول بطاقة تلقّاها من محبوبته إذ كانت مليئة باخطاء النحو والإملاء. . وبدون قصد لفت م. ب نظر محبوبته لاخطائها في الكتابة فجاءت بطاقتها الثانية بدون اخطاء، لكنها ازدحمت بعبارات جاهزة منقولة من الكتب. كانت البطاقة فصيحة لكنها (معلّبة). . احس الشاعر بالذنب لانه افقد حبيبته الثقة بنفسها إلى هذا الحد. . ودفعها لاستعارة هذه العبارات الجاهزة البغيضة. . فطلب منها ان تكتب له بالعامية. . واقنعها انه يريد ان يسمع صوتها بعينيه عندما تمر على بطاقتها فكتبت كما طلب. . فكانت كلماتها بشهادته احلى ما قرا!)[1].

(١) - مجلة كل الأسرة - العدد ٢٢٦.

أنواع البطاقات

ماذا نكتب في البطاقة . . وما هو موضوعها . . ؟

عندما تكتب بطاقة لزوجتك فإنها ستكون لعدة اسباب ، تتمثل في :

١- **بطاقة المناسبات:** والتي تكتبها في أوقات الاعياد السعيدة ، وايام الذكرئ العزيزة ، فإنها تمثل تحية راقية في صباح يوم عيد ، فينبغي ان تسطر فيها تحية العيد ، وتصف شعورك وانت مع زوجتك فيه ، وتمنياتك لها في اعياد المستقبل والذكرئ القادمة . .

٢- **بطاقة الإهداء:** تقدمها مصاحبة مع الهدية التي ستهديها لشريكك ، وتذكر فيها مناسبة الهدية ، وارتباط الهدية بالإحساس الثنائي . .

٣- **بطاقة إثارة المشاعر :** عندما يستيقظ زوجكِ صباح عطلة الجمعة يقف امام مرآة الحمام ليجد بطاقة متوسدة علبة الصابون ،

تقولين فيها (صباحاً مشرقاً لك يا زوجي الحبيب، التوقيع: زوجتك المحبة..).

فهي بمثابة شحنة يهديها الزوج أو الزوجة لشريكه تعزيزاً وتذكيراً للمشاعر الوردية.

٤- **بطاقة الدعوة:** قد يدعو احد الزوجين شريكه للعشاء او الخروج، او اقتراح القيام بعمل ما.. فالبطاقة وسيلة غير مالوفة ومحبوبة في الوقت ذاته لتادية المطلوب..

ومهما اخترعتم من اسباب لكتابة البطاقة، فلا تنسوا مشاعركم خارج إطارها، فهي اهم مادة تضفي على سطح البطاقة الواناً من المشاعر المرهفة، والاحاسيس البرّاقة..

واحرصوا ان تكون المشاعر صادقة ونابعة من اعماقكم، لا ان ترسلوا بطاقة جاهزة جامدة.. يقول الكاتب ع.خ: «إن بصمة امراة امية يحبها على بطاقة معايدة، اجمل من مقطع لشكسبير.. انا ارى ان كلمة بسيطة صادقة ومحسوسة تساوي اجمل ما كتب شعراء الحب.. تساوي كل إبداع الارض»[1].

(١) - مجلة كل الأسرة.

الشكل الخارجي للبطاقة

لا تتجاهل شكل البطاقة، اختر بطاقة من محل البطاقات او حتى بعمل يديك، لها إيحاء بالمناسبة، فإن كانت لمناسبة مولود جديد، فقد تختار بطاقة عليها صورة طفل جميل، وإن كانت لإثارة المشاعر فصورة الزهور الحمراء القانية مناسبة تماماً . .

يقول احدهم: عندما تلقّفت اناملي بطاقة قدّمتها لي زوجتي بمناسبة مرور ثلاثين عاماً على ولادتي . . تسمّرت عيناي على غلافها الخارجي الجميل، وشعرت حينها بارتياح شديد، وبقيت متبسماً، لان زوجتي قد اختارت صورة كوب من الشاي يرقد على طاولة مستديرة، بجانبه بعض الصحف . .

فزوجتي تعرف أنني اهوى شرب الشاي حال قراءة الصحيفة . . وعندما فتحتها، وقرات كلماتها العذبة، احسست وكاني ارتشف الذّ كوب شاي ممزوج بحبيبات من الحب . .

الشكل الداخلي

البطاقة ليست كالرسالة تحتاج إلى شكل معيّن، كأن تترك فراغاً في اول السطر ثم تضع نقطة لتبدا سطراً جديداً . .

كلا . . فانت حرّ في طريقة كتابتها من الناحية الشكلية، فهذا يعتمد على ذوقك الرفيع، فقد تكتبها على شكل سطور متساوية ومتوازية، وقد تتساوى السطور لكنها تاخذ شكلاً هرمياً او تكون الكلمات متناثرة بصورة متناسقة . .

أما محتواها فهو كالتالي:

١ - يحبذ في البطاقة ان تبدا بعد ذكر الله او البسملة، بذكر اسم المرسل إليه، لأنه لابد ان يتاكد ان هذه الكلمات تقصده هو ليتهيا نفسياً لاستقبالها. ولأن البطاقة لتعزيز الحب فلابدً من ذكر الاسم مصاحباً لصفة اخرى مثل، الحبيب او عزيزي او غير ذلك . .

٢- بعد ذلك تبدا بذكر المناسبة المعنية -إن كانت لمناسبة- مع مزجها بالحالة الشعورية للمرسِل تجاه المرسَل إليه . .

٣- آخر البطاقة التوقيع وهو تعريف المرسِل بنفسه، يذكر المرسِل اسمه مصاحباً لصفة ودية ما، او يكتفي بالصفة فقط . .

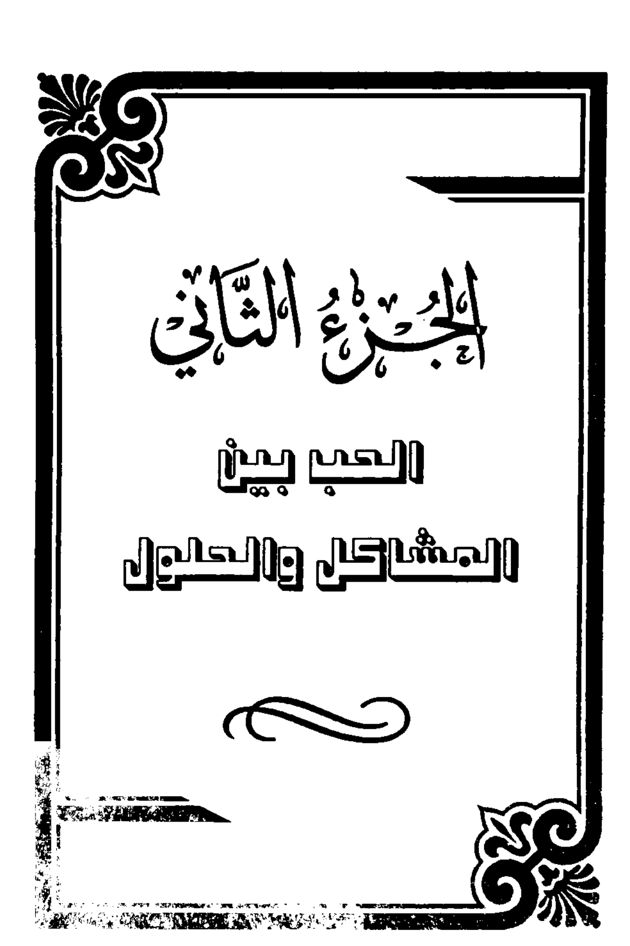
وتختم البطاقة بالتاريخ، وهو تاريخ تقديم الرسالة لا تاريخ كتابتها، والمناسبة التي قدّمت من اجلها، لتبقى وثيقة حب معبّرة . .

طريقة التقديم

يفضّل ان لا تتبعي الطريقة الروتينية في تقديم البطاقة، حتى تعطي هذه الممارسة اكثر انتباهاً، وتكون بمثابة مفاجأة سارة. . مثلاً تقومين بوضعها في جيب ثيابه التي سوف يرتديها في الصباح، او أمام شاشة السيارة قبل ان يصعدها، او في صحن الطعام. .

وكذلك انت أيّها الزوج، تستطيع ان تقدم البطاقة بوضعها في حقيبتها اليدوية او في الثلاجة او في حفلة شاي تقيمانها. .

المهم ان تفكر في طريقة مميزة لتسليم البطاقة، فعندما تُنسى الكلمات المتضمنة في داخلها فإن الموقف سيبقى معلّقاً في الذاكرة.



الجزء الثاني

الحب بين المشاكل والحلول

المشكلات العاطفية

إن العلاقات الزوجية التي تكوّن الأسرة، والتي بدورها تعتبر لبنة من لبنات المجتمع، تساهم بشكل فاعل في إصلاحه، وفي حسن مسيرته، وهي خير منتج لابناء المجتمع، فعندما تحسن التربية، فإن افراد المجتمع سوف يكونون صالحين يساهمون في بنائه ورقيّه.

ولا تستطيع الأسرة ان تنتج هذا النوع من الناس إلاّ إذا كانت علاقة الزوجين علاقة لا تشوبها المشاكل ولا تكون السيادة في حركتها هي تلك المشكلات.

وبما ان العلاقة الزوجية، علاقة غير فردية، يتعامل فيها الزوج مع زوجته ويتشاركان في الحياة، فإن حلول شيء من المشكلات الزوجية غير بعيد، ومتوقعّ في اي لحظة.

فقد يعتقد بعض الناس ان المشكلات عندما تحلّ في عشّ الزوجية الهادئ، فإنها نذير شؤم مستمر، او علاقة انهيار واضح، ولكن ذلك غير صحيح، فإن اكثر الناس سعادة في

حياتهم الزوجية قد مرّوا ببعض المشكلات، ولكنهم لم ينهزموا امامها، فعندما تعترضهم مشكلة ما، فإنهم يعيرونها كل الاهتمام، لكي يتمكنوا منها. بل إن الكثير من الأزواج الذين عصفت بهم عواصف زوجية عاتية، صاروا اكثر سعادة ونجاحاً بعد ان استطاعوا تخطيها بسلام.

إذاً الخطا ليس في حلول المشكلة في جو العلاقة، إنما الخطا الكبير هو الاستسلام لها والعزوف عن حلّها.

والمشكلات العاطفية هي من اهم المشكلات التي تعترض الحياة الزوجية، واخطرها في التاثير، لانها معنية بالنفس التي تحكم العلاقة، والتي تضيف لها ذوقاً لذيذاً، ودافعاً قوياً نحو تحقيق الاهداف والاستمرار.

فالعلاقة التي تتوّج بالعاطفة وتمتزج باحاسيسها الصادقة، يصعب فكاكها، والتاثير عليها، فتكون قوية بقوة الروابط النفسية التي تصدر عنها كثير من الفضائل، مثل الحب، والعطف، والتضحية، والحنان والشفقة، والرحمة والاعتزاز، والوفاء والإحسان. . الخ. . التي من شانها ايضاً تزويد العلاقة الزوجية بطعم الحياة الرائع، والإحساس بالسعادة، والراحة، والنجاح، وتشعر الإنسان بذاته وبوجوده واهميته.

لذلك تكون المشكلات العاطفية من اهم المشكلات التي تعصف بالعلاقة الزوجية، فعندما تشوبها شائبة، فإن ذلك يعني تغيّراً لطعم الحياة من الحلاوة إلى المرارة، وفقدان الثقة، وحلول التعاسة، والحزن، وعدم الراحة والاطمئنان، فلا يشعر الإنسان بقيمته وبقيمة أهدافه، فنتيجة لذلك، يتساقط الكثير من الأزواج والزوجات ضحية تلك المشكلات في دوامة القلق النفسي، والانحراف الخلقي، والإدمان والجريمة، والانتحار.. والذي يميّز هذه النتائج عن غيرها هو منعطفها الحاد في التأثير وخطورتها التي يميل الناس إلى ان يحسموها بشكل سريع ودون تفكير، معتقدين انها المحطّة الاخيرة، بيد انهم قادرون على إصلاح المشكلات مهما بلغ فتقها وعمقها.

فلا تقل لمن حمل في قلبه يوماً كرهاً لك: «يستحيل حبك»، أو لمن لم يفِ لك في شيء ما، «إنه لا خير ولا امل في وفائك».. بل إن جميع المشكلات العاطفية في الحب والبغض وسوء الظن والخيانة، والقسوة، والانانية، والإهانة، وغيرها، لها حلول جميعاً، إذا رغبنا في إيجادها، لان الامر مرهون بإرادتنا.. فالله سبحانه وتعالى يقول: ﴿إِنْ يُرِيدَا إِصْلاحاً يُوَفِّقِ اللهُ بَيْنَهُمَا﴾[1].

(١) - سورة النساء - آية ٣٥.

ويقول تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ ما بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا ما بِأَنفُسِهِمْ﴾[1].

فمثلما تتغير الحالات النفسية للاسوا، تتغير للاحسن، وهذا دليل واضح على اننا نستطيع ان نحل مشكلاتنا النفسية والعاطفية في علاقاتنا الزوجية، ولا ينبغي ان يهمل الازواج هذه الحقيقة، لاهمية العلاقة العاطفية في تثبيت العلاقة الزوجية.

ومن الغريب ان يتهافت الناس على أبواب المستشفيات بسبب مرض بسيط في اجسادهم، او ادنى جرح طفيف، يبغون علاجه، ولا يسعون ذات السعي لحل مشكلاتهم العاطفية.. بالرغم من انها اهم واكثر تاثيراً على الحياة.

والسؤال هنا كيف تحلّون مشاكلكم العاطفية؟

وللإجابة على هذا السؤال لا بد ان نبين أدواراً متعددة للمساهمة في لام هذا الصدع.

دور العقل: إن الصفات العاطفية مثلها مثل جميع الصفات الإنسانية، الاخلاقية والسلوكية، لا تستغني عن العقل في كبح جماحها، وتنسيقها، فإذا اطلق العنان للحب مثلاً فسوف يعبد المحبوب وعكسه إذا ترك الحبل على الغارب للكره بين الأزواج،

(١) - سورة الرعد - آية ١١.

لذلك قال الإمام علي(ع): **«أحبب حبيبك هوناً ما عسى أن يكون بغيضك يوماً ما، وابغض بغيضك هوناً ما عسى أن يكون حبيبك يوماً ما»**[1].

فإن الصفات النفسية _في العادة_ مطلقة وسارحة، وتحتاج إلى المرشد وهو العقل، كما يقول الإمام علي(ع):

«النفوس مطلقة ولكن أيدي العقول تمسك أعنتها عن النحوس»[2].

دور العقل يأتي قبل حلول المشكلة وبعدها، قبلها ليكون مرشداً ومانعاً من الوقوع في الخطأ، والمشكلة التي تأتي عن طريق الخطأ في التوجيه العقلي لن تكون في قساوة المشكلة النفسية البحتة التي تفتقد العقلانية، وكذلك يأتي دور العقل بعد حلول المشكلة بين الزوجين ليساهم في حلها، بأن يعيد الأمور إلى نصابها، ويتراجع الإنسان عن خطئه.

دور الثقافة: اكثر الناس الذين يقعون في شباك المشكلات النفسية العاطفية في علاقتهم الزوجية هم اولئك الذين يكونون بعيدين عن الثقافة الزوجية التي تهتم بالعلاقة بين الزوجين، ومن الخطأ الكبير مايعتقده بعض الناس من ان إشباع الرغبة الجنسية هو

(١) - ميزان الحكمة.

(٢) - ميزان الحكمة -ج١٠-ص١٢٦.

هدف الزواج فقط ، ويقتصر على المطالعة فيها ، ولا يعير الجانب العاطفي اي اهتمام ، لذلك تكون السرعة في نشوب المشكلات .

فإن «العلم قائد»[1] كما يقول الرسول الاعظم(ﷺ) ، وينبغي ان تطالع في كتب العلاقات الزوجية وان تقرا المجلاّت الخاصة بذلك ، وكتب الأخلاق وفن السلوك ، او ان تحضر محاضرات للتثقيف الزوجي ، لكي تكون مصلحاً لمشكلاتك بنفسك ، وبافضل السبل وانجحها .

دور الخبراء : وهم اولئك الذين تخصصوا في ميادين العلاقات الزوجية من اطباء النفس ، وعلماء الاخلاق والخبراء في العلاقات الزوجية ، وغيرهم ممن يتصدى لحل المشكلات الزوجية ، فالذي يصاب بالمشاكل العاطفية يرى نفسه غير قادر على حلّها ، ولا بدّ ان يلجا للخبراء الذين يحفظون سرّه ، ويعالجون ما المّ به ، كما يلجا إلى طبيب الجراحة او الأمراض الباطنية . .

ولعلك تنظر إلى هذا الأمر بحرج وحياء شديدين ، ولكن بالنظر إلى اهمية حل المشكلات العاطفية ، وبالنظر إلى ما قد تسببه من مشكلات اخرى في حياتك ، فإنك سترى ان زيارة الخبراء امر شديد الأهمية ، ولا داعي إلى ذلك التحرّج . .

---

(١) - ميزان الحكمة -ج١٠-ص١٢٦ .

فإننا نرى في تاريخ الرسول الأعظم(ﷺ) خير عبره، إذ المسلمون يأتون إليه(ﷺ) يبوحون له بمشكلاتهم الزوجية، فيعالجها لهم، فقد جاءته امرأة ليجد لها حلاً في نفور زوجها منها.. وجاءه آخر يطلب نصيحة في تعامله مع زوجته.. وهكذا..

وكمثال على استقبال الرسول الأكرم(ﷺ) للمشكلات الزوجية ما جاء في سورة المجادلة، يقول تعالى: ﴿قَدْ سَمِعَ اللهُ قَوْلَ الَّتِي تُجادِلُكَ فِي زَوْجِها وَتَشْتَكِي إِلَى اللهِ وَاللهُ يَسْمَعُ تَحاوُرَكُما إِنَّ اللهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ﴾[1].

دور الأزواج الناجحين: ومن المسهمين في حل المشكلات العاطفية أيضاً الأزواج الناجحون في حياتهم الزوجية، والذين ثبت ان تجربتهم قد اثمرت ثماراً طيبة، فإنك تأخذ من اولئك الخبرة التي اكتسبوها في حياتهم.

فإن «**التجارب علم مستفاد**»[2]، كما يقول أمير المؤمنين(ع) ويقول(ع): «**رأي الرجل على قدر تجربته**»[3].

ومن اولئك الازواج والخبراء الذين ينبغي استشارتهم، أهل الزوج واهل الزوجة، ولكن ليس مطلق الأهل كما يفهم بعضنا،

---

(١) - سورة المجادلة - آية١.

(٢) - غرر الحكم، ص ٢١.

(٣) - غرر الحكم، ص ٢١٧.

إنما العقلاء منهم الذين اكتسبوا خبرة تمكّنهم من الإرشاد الصحيح، يقول تعالى: ﴿وَإِنْ خِفْتُمْ شِقَاقَ بَيْنِهِمَا فَابْعَثُوا حَكَماً مِنْ أَهْلِهِ وَحَكَماً مِنْ أَهْلِهَا إِنْ يُرِيدَا إِصْلاحاً يُوَفِّقِ اللهُ بَيْنَهُمَا إِنَّ اللهَ كَانَ عَلِيماً خَبِيراً﴾[1].

نلاحظ كلمة (حَكَماً) التي تدلّ على قدرة في إيجاد الحلول والفصل والحكم بين الزوجين، فمن كان من الأهل اهلاً للحكم يُلجأ إليه، كما ان هناك شرطاً آخر يتمثّل في كلمتي (من اهله) و(من اهلها)، وهي الحالة التي ينبغي ان تسكن قلب الزوجين: حالةُ الرضا بمن سيستشار، بحيث يطمئنان لرايه ولا يخافان الميل إلى طرف دون آخر.

---

(١) - سورة النساء، آية ٣٥.

في سبيل الحل

عند خوض غمار المشكلة العاطفية ينبغي ان لا يسمح الزوجان لليأس ان يتسلّل إلى نفسيهما فيعتقدان عدم إمكانية حل المشكلة، ولا ينبغي تقديم التفكير في ابغض الحلول واكثرها إيلاماً وهو (الانفصال)، لأن الطلاق والافتراق بين الزوجين حل يقع في آخر المطاف فلا نستعجل الوصول إليه، بل يجب ان نعمل كل جهدنا لتحاشيه.

ويجدر الإشارة إلى ان التحرك نحو محطة الأمان لابد ان يتخذ السرية والكتمان حتى لا يصل إلى آذان الآخرين، ففي حدود المنزل يتواجد الأبناء الذين يستشعرون المشكلة بمقدار الزوجين وقد يكون اكثر، فيتاثرون بها تاثراً سلبياً، بل وحتى لا تتزلزل صورة الوالدين في اعينهما.

وكذلك فمن عادة بعض الزوجات ان يبحن بمشاكلهن إلى ذويهن لا بقصد إيجاد الحلول وإنما بقصد التعريض، او لمجرد الحصول على فرصة للحديث وسط تجاذبات الحديث العائلية،

وهذا بدوره يثير المشكلة اكثر ويضاعف من عواقبها، ويصعّب من حلّها، أو حتى الازواج الذين يتهرّبون من حل مشاكلهم بإلقاء اللوم على زوجاتهم امام اهلهم، فتكون المشكلة بين ايدي الأهل يتصرّفون بها بجهلهم وتحاملهم بعضهم على بعض، لتصل إلى طريق مسدود..

والحال هذه تتكرر عند إشاعة المشكلة بين الأصدقاء بقصد سرد الحكاية فقط، او التعريض، او تبرئة النفس وما إلى ذلك من أسباب واهية.

في حال التكتم تلك، يلجا الزوجان لتخصيص وقت لتداول المشكلة ويسمع كلٌ الآخر في جو هادئ ووقت يتسع للحديث وبإقبال كبير، ونية صادقة في إرادة الوصول إلى حل يرضي الطريفين، فإن النية الصادقة لا شك مدعومة بالألطاف الإلهية والتوفيق الإلهي للوصول إلى المخرج، يقول تعالى: ﴿إِنْ يُرِيدا إِصْلاحاً يُوَفِّقِ اللهُ بَيْنَهُما﴾[1].

وبعد هذه الخطوة اقترح ان يكون التدرج في الحل كما ياتي:

أولاً: اللجوء إلى التعقل والابتعاد عن الحالات العصبية والعاطفية التي تتاثر شدّة ورخاءً بوقت المشكلة، فيبحث الزوجان

(١) - سورة النساء - آية٣٥.

مشكلتهما ليجعلا العقل هـو سيّد الموقـف، لان العقـل ثـابت ولا يتأثر بالأجواء المحيطة.

ثانياً: وعند عدم الاتفاق او قد يكون الزوجان يجهلان بعض الأمور في مشكلتهما، يلجأان إلـى التثقيـف، عـبر مطالعـة الكتـب المختصة بالعلاقات الزوجية ليتمكنا من فكّ ما استعصى عليهما.

ثالثاً: وفي حال استغلاق الحلول فيما بينهمـا، عندئـذ يلجـأان لمساعدة المختصين من الخبراء او الأزواج الناجحين والبحث معهم لحل المشكلة، مما يفتح ابواباً جديدة للخروج منها بسلام.

بعد حل المشكلة

من المفترض ان يتحاشى الزوجان الوقوع في المشكلة نفسها التي تم الوقوع فيها سابقاً، وان يتعلما دروساً تفيد العلاقة الزوجية مستقبلاً.

ومن المهم ان لا تبقى رواسب في النفس جرّاء تلك المشكلة التي مضت، ويؤكد الكثير من المختصين في العلاقات الزوجية ان نسبة كبيرة من المشكلات تنبع اساساً من عدم نسيان المشكلات السابقة، فعندما يذكّر احد الزوجين شريكه بما ارتكبه من خطأ فإن ذلك سيكون عاملاً في التمسك بالخطأ او إصدار خطأ آخر.

فعندما تذهب المشكلة ويتم التصالح، لا بد ان تتبدّد رواسبها النفسية جميعها وتبدأ حياة جديدة تلفّها السعادة والهناء.

وفي الختام نقول إنه لابد من الاهتمام بأي مشكلة تحط في عش الزوجية، وخصوصاً المشكلات العاطفية التي قد تسبب تنافر الزوجين، وسنقوم في هذا الجزء بعرض بعض اهم المشكلات العاطفية التي تواجه الحب المتبادل، وسنسعى لتقديم الحلول المناسبة لها..

١ - الحب.. والملل

حالة الملل والسأم في العلاقة الزوجية، حالة مرضية تسمم صفو العلاقة، وهي حالة نفسية تشعر احد الزوجين بالنفور وعدم الرغبة في مجالسة الآخر، ما يدعوه إلى الهروب، واختلاق الأسباب التي تبعده عن المنزل.

وهذه الحالة بحدٍّ ذاتها مرض يصيب النفس، وقد تؤدي إلى نتائج اليمة، منها الطلاق او البحث عن زوجة ثانية او على اقل تقدير، هي حالة من الذبول والصحبة الثقيلة التي تظل حائمة فوق سماء الحياة الزوجية.

«جمع العلماء عينة من السيدات اللاتي لم يوفقن في حياتهن الزوجية لإجراء الدراسة عليهن، فقالت إحدى الزوجات: لقد تزوجت رجلاً صامتاً، سريع الانفعال، حاولت التعايش معه في سلام، فلم اتمكن، وخانني التوفيق، فهو نادراً ما يتكلم، وإذا ما تجاذبنا الحديث فغالباً ما يكون كلامه انتقاداً ظالماً او ثورة عارمة، على تصورات واهية، فهو عادة ما يقاطعني اياماً عديدة، بلغت

في إحدى المرات عشرة ايام، وحتى الآن لم استطع التوصل إلى سبب مقنع يبرر هذه النوبة المفاجئة من الصمت الطويل..

لقد بدأ يهرب من بيت الزوجية إلى بيت اسرته او منازل الاصدقاء طلباً للراحة النفسية (على حد قوله»)[1].

كيف يمكن ان نتخلص من الشعور بالملل تجاه الشريك؟

إن الخروج من الشعور بالملل امر سهل إذا اردنا ذلك، بحيث نعطي هذه المشكلة شيئاً من الاهمية، فكثير من الأزواج لا يالون جهداً للتخلص من مشكلاتهم الزوجية، رغم انها تتصدر قائمة المشكلات في الاهمية.

وللتخلص من هذه الحالة الشعورية علينا ان نتعرف على اسبابها، والسبب في شعور النفس بالملل هو الحياة الروتينية التي تخلو من التغيير والتجديد، ولان الطبع البشري متطوّر يبحث عن الجديد، فستكون الحياة التي تفتقر إليه حبيسة السأم والضجر.

يقول علماء النفس إن «الحياة الروتينية عادة ما تؤدي إلى الجمود والتشاؤم ومن ثم الخلافات والمشاكل، وعلى النقيض من ذلك فإن التطوير والتجديد المستمر يؤدي إلى التفاؤل والسعادة»[2].

---

(١) - الأمراض النفسية وعلاجها في ضوء التقدم الطبي الحديث-ص٢١.

(٢) - الأمراض النفسية في ضوء التقدم الطبي الحديث-ص٢٣.

إذاً لابد ان نعيش دائماً حياة تتصف بالتطوّر وفي جميع المستويات، فإن التعاليم الإسلامية تدعو الإنسان دائماً إلى الارتفاع ولو درجة واحدة كل يوم، في الحديث **«من تساوى يوماه فهو مغبون..»**.

اليوم أفضل من الامس، وغداً افضل من اليوم.

او اليوم مختلف عن الامس، وغداً يختلف عنهما.

هذه هي القاعدة الذهبية التي ينبغي اتباعها في شتى مستويات الحياة، وعلى الخصوص، الحياة الزوجية، وللابتعاد عن حالة السأم في حياتنا الزوجية بشكل دائم والتي تتركز في ثلاثة جوانب. .

الأول: الجانب العاطفي للزوجين.

فإن النفس إذا تعوّدت على معاملة متشابهة بشكل مستمر فلن تحسّ بها بعد مرور الوقت، وتتمثل هذه الحالة في الكلمات التي تصدر من الزوجين معبرة عن الاحاسيس العاطفية كل منهما نحو الآخر، لذلك فإن هذه الرسائل الحبية ينبغي ان لا تصاغ في قالب واحد متشابه طوال الحياة الزوجية.

قم باتباع اسلوب التطوير والتغيير في التعبير عن الحب، يتم ذلك عن طريق تبديل الكلمات، فبدل ان تقول (حبيبتي)، قل (حياتي)، او اميرتي او غير ذلك.

او غيري اسلوب تعبيرك عن مشاعرك من الكلمات إلى النظرات، او الافعال المختلفة، كاللّمسات الحانية، او اتبعي طريقة المفاجاة، لان المفاجاة لا يتوقعها الآخر، بل يتوقع الانشغال باعمال اخرى او يتوقع اسلوباً روتينياً فيفاجا بما ليس على باله، وهو افضل تغيير. (التغيير الذي لا يتوقعه الطرف الآخر).

لا تكثروا من تعبيرات الحب إلى حد الإفراط وفي جميع الاوقات، فعليكم ان تتعرفوا على الاوقات التي تكونون بحاجة فيها إلى العاطفة اكثر، ومن الاخطاء التي يقع فيها الازواج عدم التفريق بين الحاجة إلى المساندة والحاجة إلى الدفعات العاطفية.

الثاني: الجانب الثقافي والعلمي.

كثيراً ما ترجع حالات الصمت المطبق بين الزوجين إلى عدم وجود مادة للحديث عنها، لانهم إما لا يعيرون الثقافة اية اهمية، او انهم يتشاركون في ما يكتسبونه دائماً بحيث لا يمتلك احدهم ما يقوله للآخر من جديد.

فينبغي ان يركز الزوجان على جانب اكتساب المعارف العامة، لكي تتوفر لديهم مادة مفيدة للحديث، ويتم ذلك عبر:

١ - القراءة المستمرة للكتب والمجلات والجرائد.

٢ - متابعة المستجدات عبر برامج التلفاز او المذياع .

٣ - الاندماج في المجتمع والمشاركة في الفعاليات الثقافية كالمحاضرات والندوات .

بهذا تتكون لدى الزوجين حصيلة ثرية بالمتغيرات في عقلهما ، لتترجم إلى أحاديث حيوية جديدة لا تبلى .

الثالث: الجانب الشكلي.

كذلك فإن التعوّد على الاشكال المتشابهة لمدة طويلة يفقدها بريقها ، لان العين تتذوّق ما تراه ، وإذا اعتادت على مشاهدة متكررة مدّة زمنية طويلة فلا شك انها لن ترى الإثارة التي كانت تراها سابقاً ، تتجسد المشاهد الشكلية في الآتي :

١ - ديكور المنزل .

٢ - المناظر المعلّقة على الحائط ، والزهور واغراض الزينة .

٣ - اماكن التنزّه ، وغيرها من الامور الشكلية .

فينبغي تغيير ديكور المنزل او إعادة تشكيله من جديد بحيث يصبح شيئاً آخر غير المعهود ، وكذلك المناظر المعلّقة على حائط منزلك ، والزهور التي تتزين بها اركان المنزل ، فتغيرها يعطي طابعاً مختلفاً . . .

السفر فكرة مناسبة

قد تصل بعض الحالات الزوجية لحالة اكثر صعوبة وهي الملل من الشخص ذاته، أو مما حوله كالمنزل، والمنطقة وما إلى ذلك من اشياء مرتبط بها، وفي هذه الحالة قد يلجا بعض الأزواج للخيانة الزوجية او الطلاق، او التخبط في اتخاذ القرارات، ولا يدري ما هو العمل، للخروج من محنته. في هذه الحالة ستكون فكرة السفر كفيلة بان تزيل إحساس الملل ذاك، ففي السفر يصبح التغيير هو السائد، فلاشيء متكرر على النفس والعقل والشكل. . فكل ما يراه مختلف، وفي السفر يتمثل البعد الجسماني عن الزوجة والذي بدوره يؤجّج الشوق إليها، خصوصاً عندما يفتقد كل الأشياء التي توفّرها له زوجته من الحاجة الجنسية، والعاطفية، وترتيب الملابس، وإعداد الطعام. . ولعلنا سمعنا كثيراً عن حالات طلاق فشلت جرّاء إحساس الزوج بقيمة ما تقدّمه له زوجته في كل تلك الاحتياجات. .

إذاً، ليست الإصابة بالملل الزوجي امر محتّماً إذا عاش الازواج حياة متغيرة متجدّدة، وإذا أصيبوا به فإن بإمكانهم ان يطردوه من حياتهم.

٢ - الحب.. والغيرة

من المشكلات الاكثر تعقيداً وحساسية في مواجهة العلاقة الودية بين الزوجين مشكلة الغيرة.

و «حول هذا الموضوع كان احد التقارير الطبية والعلمية التي نشرت اخيراً، وكشفت ان الغيرة مرض خطير- ليس من الناحية النفسيّة فحسب - بل ايضاً من الناحية الفسيولوجية، وان الغيرة يمكن ان تجعل من الإنسان وحشاً همجياً يُقدِم على ارتكاب ابشع الجرائم»[١].

ويقسّم علماء النفس الغيرة إلى قسمين:

الغيرة المرضيّة.

الغيرة غير المرضيّة.

وقد عرّفوا الغيرة المرضية بالمشاعر الإنسانية التي تدعو الإنسان لامتلاك الآخرين، فتثور نفسه من توجه شريكه إلى آخر..

---

(١) - الأمراض النفسية -ص٥٦.

وعرّفوا الغيرة غير المرضية بانها حالة من الخوف تُعدُّ دافعاً نحو العلاقات الطيبة والحسنة، من طريق إثبات الشخصية وإرضاء الطرف الآخر.

والواقع ان غيرة الرجل تختلف عن غيرة المراة، فللمراة ان تغار على زوجها قليلاً، بحيث لا تظهر غيرتها صراحة، ولا تلهيها هذه الغيرة عن اداء واجباتها، إنما يدعوها ذلك الإحساس إلى الاهتمام بزوجها اكثر وإغرائه، وعليها ان تهيل عليه سيولاً من الحب، فتتصرّف وكانها في حلبة منافسة مع امراة اخرى، ثم الاكتفاء فقط عند هذا الحد.

اما الشعور بالغيرة المفرطة، التي تلجا بسببها الزوجة إلى اتهام الزوج ومراقبته، ومقاطعته، وتقوم بتحطيم حياته وحياتها لقاء ذلك التصرف، فهذه مشاعر الانانية السلبية عند المراة.

يقول الحديث عن الإمام علي(ع): **«غيرة الرجل إيمان وغيرة المرأة عدوان»**[1].

للرجل الحق الاكبر في غيرته على زوجته، في الوقت الذي لا تتعدى فيه المراة تصرفات جذب الزوج لنفسها لإبعاده عن غيرها، في محاولة لتعميق علاقتها به.. لماذا؟

---

(١) - غرر الحكم، ص ٢٧٠.

لان للرجل كما في الشريعة الإسلامية ان يتزوج اكثر من زوجة واحدة، وفي هذه الإباحة تكون المراة حساسة، تجاه ذلك، خوفاً من لجوء زوجها للزواج من ثانية، فغيرتها تكون غيرة انانية بحتة، ولعل هذا السبب هو الذي جعل الإمام علياً(عليه السلام) يستعمل في حديثه كلمة (العدوان).

ولكن الرجل تكون غيرته خوفاً على زوجته من انجذابها لآخر، او انجذاب آخر لها، معتبراً زوجته (عرضاً) يجب عدم المساس به من قبل اي شخص، فالمراة لها زوج واحد فقط حسب راي الشرع، فغيرة الزوج على زوجته تُعدُّ إيماناً في هذا الموضع، بل يجب عليه ان يحافظ عليها وعلى شرفها، من هذا المنطلق.

قال رسول الله(صلى الله عليه وآله): «**إذا لم يغر الرجل فهو منكوس القلب**»[1].

لا شك ان الغيرة إذا حلت بين الزوجين فإنها ستكون معول هدم لحبهما، إذا شغلتهما مشاعر الغيرة واستغرقا فيها وفي متابعة كلٌّ منهما تصرفات الآخر، فينبغي ان نتوجه للحل بالعمل، دون ان تسيطر علينا تلك المشاعر. وحتى مشاعر الغيرة عند الرجل التي تكون دافعاً للحفاظ على زوجته، لا بد ان تكون عامل حب، ولكن ليس بالاتهام، إنما بالعمل. . كيف؟

(١) - جامع السعادات -ج١-ص٣٠٠.

للزوجة:

اعملي على إصلاح علاقتك بزوجك، واجعلي بيتك جنة ناعمة، واهيلي عليه سيولاً من الحب ثم حاولي إقناعه بانك قادرة على إسعاده وتلبية طلباته . .

بعد ذلك امنحيه الثقة بنفسه في تعامله مع الآخرين، ولا تقفي سداً منيعاً امامه في علاقته بحيث تلزمين نفسك باستعمال القوة أو التهديد . .

للزوج:

عليك ان تعلم ان الغيرة في غير موضعها هوس يؤدي إلى انهيار العلاقة الزوجية، يقول الرسول(ﷺ): **«من الغيرة غيرة يبغضها الله ورسوله وهي غيرة الرجل على أهله من غير ريبة»**[1].

فهذه غيرة اتهام بدون مسوّغ، اما الغيرة المطلوبة منك فهي غيرة الخوف على الزوجة رغبةً بالمحافظة عليها.

قبل ان تقوم بأي إجراء، عليك ان تملأ عين زوجتك، وتثبت لها بانك اهل لها، وكفءٌ لإدارة العائلة، وتحمل في قلبك حباً كبيراً لها، وتزرع في قلبها الإعجاب بك، فقد قال الإمام الرضا(ع): «إنها - يعني المراة - تحب ان ترى منك مثل الذي تحب ان ترى منها، ولقد خرجت نساء من العفاف إلى الفجور،

(١) - جامع السعادات ج١ ص٣٠٥.

ما اخرجهن إلا قلّة تهيؤ ازواجهن»[1].

وبعد ذلك، فمن حقّك ان تغار على زوجتك بالمحافظة عليها من التعرض للاعتداءات والمضايقات، وان تحرص على ارتدائها الحجاب والستر عن الاجانب بشكل سليم، و غير مثير، وتحدّ من ظاهرة الاختلاط غيرالمشروع.

اما الغيرة غير المسوّغة والتي تُعدُّ في غير موقعها فقد تصيب الرجل، ولها اسباب عديدة، قد تكون للشعور بالنقص، او الوهم، او الإدمان، او عدم الثقة بالزوجة، ويكون حل هذه الحالة عادة بيد الزوجة في تصرفاتها.. كيف؟

ينبغي ان تشعر الزوجة زوجها بالاطمئنان لتصرفاتها، وعليها ان تعرف ان لها حدوداً شرعية في التعامل مع الرجل، إذا تعدتها تكون قد وقعت في الخطا.

وعليها ان تعرف انه لا يجوز لها النظر إلى غير زوجها بأي حال من الاحوال والميل له، ما دامت تربطها علاقة الزواج، فقد قال رسول الله(ﷺ): «أعظم الناس حقاً على المرأة زوجها»[2].

---

(١) - كلمة الإمام الرضا(ع)، اية الله السيد حسن الشيرازي، ص٢٨١.

(٢) - كما ان العكس هو الصحيح، فإن اعظم حق على الرجل هو زوجته، كما هو مضمون الحديث عن رسول الله(ﷺ): «ما زال جبريل يوصيني بالمراة حتى ظننت انه لا ينبغي طلاقها». المصدر: الأسرة وقضايا الزواج، الدكتور علي القائمي، ص ٥٦.

فإذا عرفتِ حدودكِ الشرعية التي تهدف الحفاظَ عليكِ وعلى اسرتكِ من التفكك والدمار، فإنه من الصعب ان تقع عيناك على غير زوجك.

ومع كل ذلك، إذا حصل ان داخلك إعجاب بشخص ما، حتى ولو كان الإعجاب عفيفاً لا تقصدين منه شيئاً فعليك ان:

لا تتعاملي معه، معاملة خاصة قد تثير غيرة زوجك وسخطه.

لا تكثري من الحديث عنه والإعجاب به اكثر من حديثك عن زوجك والتعبير عن إعجابك به.

امنحي زوجك الثقة بنفسه وبقدراته، وامدحيه دائماً.

ومن اجل التخلّص من ذلك الشعور تماماً، عليك ان تسعي لإكساب زوجك تلك الصفات التي اعجبتك، وساعديه على اكتسابها.

تودّدي إلى زوجك باستمرار وازرعي حبه في قلبك اكثر.

٣ - الحب.. والزوجة الثانية

الحديث دائماً يجري عن حب الرجل لزوجته الوحيدة، كيف يراعيها وكيف تراعيه، كيف تحبه وكيف يحبها، ولكن كيف يكون حال الرجل الذي تزوّج من اثنتين؟

هل يمكن ان يتكون حب في قلبه لاثنتين؟

وهل يمكن للزوجتين ان تحباه معاً؟

اما بخصوص إمكان الحب وعدمه، فإن العلم يؤكد ان باستطاعة الشخص ان يحب أكثر من شخص واحد، فلا يوجد مانع من ان يحب الزوج كلتا زوجتيه.

وكذلك بالإمكان ان يحب شخصان، شخصاً واحداً، فالزوجتان تتمكنان من حب زوجهما ايضاً..

وإننا نرىٰ هذه الحقيقة واضحة في حب الرجل لاولاده، مهما تعدّدوا، وفي مبادلتهم الحب ذاته.

وكذلك حب الزوجتين حاصل في الواقع والتجربة، علىٰ الرغم من وجود من لا يفهم حقيقة العلاقة عند حلول الزوجة

الثانية لدى من يحولّون حياتهم إلى جحيم لا يطاق، ويعزون ذلك إلى الزوجة الثانية. . فإننا نجد ايضاً علاقات زوجية تتكون من زوجتين وزوج لاقوا نجاحاً منقطع النظير، فتراهم سعداء في حياتهم، متحابين متعاونين، يانسون معاً، ويتحمَّلون المسؤولية معاً. .

التساؤل ليس في تعدد الحب من ناحية مبدئية، إنما التساؤل الاهم في مقدار الحب بين الزوجات، لان «هناك شيئاً واحداً لا يقبل الجدل والشك، هو ان الحب والعاطفة لا يبلغان اوجهما في حالة التعدد كما يبلغانه في الزوجة الواحدة»[1].

ويقرر ذلك القرآن الكريم في حال تعدد الزوجات في سورة النساء، يقول جل وعلا: ﴿وَلَنْ تَسْتَطِيعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّساءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ﴾[2].

إن ذلك في الحب والمودة كما اكّده المفسرون.

فإن المودة القلبية، تاتى من المؤهلات التي تمتلكها المراة من جمال واخلاق وذوق الخ. . ويستحيل ان تتفق الزوجتان في هذه الصفات وتتساويان فيها، لكن ذلك ليس داعياً لتبخّر الحب من قلب الزوج للزوجة الثانية، إنما الحديث عن تكافؤ المودّة لكلتا الزوجتين.

---

(١) - نظام حقوق المراة في الإسلام -ص٣٧٢.

(٢) - سورة النساء -آية ١٢٩.

فإن الزوج يستطيع ان يحب الزوجة الاولى مثلاً بنسبة ١٠٠٪ وان يحب الاخرى بنسبة ٩٠٪ .

ومع ذلك يدعو القرآن الكريم الزوج ان لا يميل كل الميل لواحدة دون الاخرى، وان لا يدعوه حبه الاكثر لواحدة منهما إلى تضييع حقوق الاخرى، إنما الحب يبقى في القلب، لكن المبيت والنفقة وجميع الحقوق لابدّ ان تكون متساوية تماماً . . يقول تعالى بعد تلك الآية: ﴿فَلا تَمِيلُوا كُلَّ الْمَيْلِ﴾ .

تماماً مثل حب الرجل لاولاده، فقد يفضل احدهم على الآخر، لكنه يجب الا يبيّنه لكي لا تحدث الغيرة، وكذلك في حال إنجاب الطفل الجديد فإن هذا لا يعني كره الابناء الآخرين حتماً .

وعلى الزوج الذي اضطرته الظروف للزواج من ثانية ان يضع في حسبانه، هذه المعطيات، وما سينتاب احاسيس زوجته الاولى التي ترى ان هنالك شريكاً معها في حبها وزوجها، فلا ينبغي ان يتصرف بطيش وتهوّر، وإنما عليه ان يقدّر الإحساس الذي اصابها من غضب، وقلق، وخمود عاطفي، وتقصير في المسؤوليات، لكي يصل تدريجياً لحالة التوافق والرضا .

كما ان على الزوج ان لا يتجاهل بواعث الخوف لدى زوجته الاولى، وعليه ان يبدد هواجسها بتعامله الحسن والتاكيد على ان حبه لها ما زال مستمراً، وانها لم تكن سلعة قديمة في نظره، ولابد

ان يبعث في نفسها الطمانينة بانها ستبقى محط اهتمام، وكل ذلك بالفعل والعمل.

اما من جانب الزوجة التي قد جلب زوجها الشريكة الثانية لها في حياتهما فينبغي ان تعي هذه الحقيقة، فقد تعتقد بعض النساء ان مجّرد زواج زوجها من ثانية، دليل على كرهه لها، وذلك غير صحيح، فالاحتمالات في هذا الصدد كثيرة جداً..

وان الزوجة التي تزوّج زوجها من ثانية ستقف امام عدّة خيارات:

١- الطلاق.

٢- البقاء معه مع حلول الكره والمشاكل.

٣- القبول بالأمر الواقع والمساهمة في إسعاد حياتها الزوجية.

والطريق الامثل لها هو ان تستمر في حب زوجها، حتى يستمر هو في حبه لها، فكم من زوج عندما راى عدم تغيّر احاسيس علاقة زوجته الأولى به بعد زواجه من ثانية، وبقاءها على حبه، كافاها بزيادة الحب، وفضّلها على الزوجة الثانية، إذ ليس من الضروري ان تكون الزوجة الثانية صاحبة الحظ الاوفر في المودة، إنما هي حياة منافسة على قلب الرجل.

٤ - الحب.. والأولاد

بعد ان يعيش الزوجان حياة الخلوة والهدوء معاً لفترة من الزمن، تبدأ بعد ذلك مشاركة الأولاد لهما في حياتهما ليفرضوا واقعاً جديداً لم يألفاه..

والمشكلة هنا في ان تلك الظروف غالباً ما تنسي الأزواج مشاعرهم الثنائية الودية بسبب الزائرين الجدد، والانشغال بمشاكلهم وبمصروفاتهم، وتربيتهم..

وقد يلجأ البعض لتأخير إنجاب الاطفال بقصد إعطاء فرصة لحياتهما بالتلذذ والسعادة مع بعضهما دون تعكير صفاء الأجواء بضوضاء الاطفال.

«يقول الدكتور آلان جوتماشر في كتابه (الحمل والولادة): «إن اقوى حليف للزواج السعيد هو الاطفال، فالزواج وسيلة وليس غاية ... إن الطفل مسؤولية، ولكنه مسؤولية لذيذة، فهو لا يطلب من ابويه سوى الحب والرعاية، فإذا وجدهما قدم مقابلهما اضعاف ما قُدّم عليه منهما..»

ويتحدث الدكتور آلان بعد هذا عن الأَثَرَة التي تصيب بعض الازواج، والتي تظهر بوضوح في عزوفهما عن إنجاب الاطفال قبل انقضاء خمس او ست سنوات على زواجهما بحجة انهما يريدان ان ينعما بالحياة، او انهما لم يستعدا بعد مادياً لإنجاب الاطفال، فيقول: «إذا تركز اهتمام الزوجين على إنجاب الاطفال وتربيتهم في الوقت الذي يرونه مناسباً لهما، فمعنى هذا انهما لم يكونا اصلاً مستعدين للزواج، ومعناه انهما يجب ان لا ينجبا اطفالاً على الإطلاق!».

ثم يقول: «إن وصول الاطفال خلال سنوات الزواج الاولى، من شأنه ان يساعد على تدعيم هذا الزواج وتحصينه ضد اي ريح قد تهب عليه وتعصف به..

فالطفل هو الرباط القوي الذي يجمع ما بين الزوجين ويشدّهما إلى بعضهما البعض... ومن اجل هذا الطفل وحده تهون كل المتاعب، وتُسوّى كل الخلافات التي قد تنشب بين الزوجين..

فهذا المخلوق الصغير قادر على ان يحقق المعجزات في حياة الأسرة.. اية أسرة..»[١].

---

(١) - سيكولوجية الفتاة -ص١٦٠.

فزيارة هذا الطفل للعلاقة الزوجية يمثل حافزاً لإفاقة العواطف القلبية بين الزوجين، ومغذياً لها، ومجسداً للحب بينهما، ومن الخطأ أن يعتقد الزوجان بخرافة تعكير الأجواء.. إنما يقوم الطفل بدور إثراء الأجواء الحبية لتبدو أكثر روعة وجمالاً..

أما الانشغال بتربيتهم وبمشاكلهم وبمصروفاتهم، فإنه لا يُعدُّ حجر عثرة أمام المشاعر الودية، إذا فكر الزوجان في تنظيم الاوقات بشكل جيّد، وهو ليس حُجَّة يُحتج بها وذريعة لتأخير الإنجاب، إذ يمكنكما ان ترتبا زيارة للأطفال عند الاهل لتبقيا وحيدين، أو عندما يلجا الاطفال للنوم باكراً، فإن الاوقات كثيرة جداً إذا قمنا بحسابها واصطياد الشارد منها لتغذية مشاعرنا..

٥ - الحب.. وتغيّر أحد الزوجين

إنه طموحُ جداً، وقد اثبت ذلك إصراره على مواصلة الدراسات العليا وهو متزوج، وقد تسلّق سلم المجد، ليحصل على شهادة الدكتوراه بعد جهد جهيد، فقد اصبح شيئاً مذكوراً، شخصية اخرى، إنه دكتور في علم الفيزياء فقد اصبحت علاقاته رفيعة، واصدقاؤه مختلفين، صاروا من المثقفين والاكاديميين، بعد ان كان في بدء زواجه لا يملك إلاّ شهادة الثانوية العامة. .

تسلّق هذا الزوج سلالم المجد، ولازالت زوجته الأمية، على اميتها، لا تفقه شيئاً غير فنون الطبخ. . فما كان من الزوج إلاّ التفكير باتخاذ زوجة ثانية تقاربه في المستوى العلمي. . والتخلي عن زوجته التي شاركته مسيرته الاولى، لانه لم يعد يحسّ بوجودها في المنزل، ولم تعد قادرة على مجاراته. . وإسعاده!!

وتحدث عكس هذه القصة، بان ينشغل الزوج بعمله طلباً للمال، بينما زوجته تواصل تعليمها وتحسين شخصيتها،

فتصطدم بوجود زوج جاهل بجانبها طوال هذا الوقت . . فتنشأ المشكلات . . ، والتنافر . . والطلاق . .

ونتساءل اين الحب في هذه التصرفات؟

إن كان الوفاء يدعو إلى الحب ، فإن الحب ايضاً يدعو إلى الوفاء والإخلاص العميق ، ومن الوفاء ان لا نفكر بأنانية العزوبة الفردية ، لأن الحياة الزوجية تمتاز بالتفكير المزدوج والمشترك ، فانت عندما تريد ان تقدم على خطوة ما ، عليك ان تحسب هذه الخطوة في ميزان زواجكما ، هل ستقدّمك وحدك للأمام . . ام ستقدم حياتك الزوجية إلى الامام . . وإذا قدّمتك إلى الأمام فهل هذا سيكون على حساب الحياة الزوجية؟

ينبغي ان يكون التفكير منذ البداية على هذا النمط ، اما الخطأ الحاصل في النموذجين المذكورين فيقع على عاتق الزوجين معاً ، لكونهما اخليا ذهنيهما من هذا الجانب . .

❖ الذي تقدّم وتغير للافضل ، قد فكر بأنانية ونسي شريكه .

❖ والذي بقي على حاله ، اهمل نفسه وراح ينظر لشريكه وهو آخذ في الصعود .

في الوقت الذي يقع اللوم على الزوج الذي تسلّق سلّم التقدم والتطور بانانية ، يقع ايضاً على الزوجة التي بقيت مكتوفة الايدي مسمّرة عينيها على صعود زوجها ، لان صعوده يعني انحدارها .

وهذا لا يعني ان الزوجين حتى ينسجما ويبقيا ودودين لابدّ ان يكونا في مستوى علمي واحد، إنما لابدّ ان يكون كلّ منهما مدركاً لشؤون الآخر، ومنحاه العلمي إدراكاً جيداً، او تكون لدى احد الزوجين كفاءة علمية مغايرة لكفاءة شريكه.. لأن المحذور هو ذلك التباعد الكبير الذي يصل إلى عدم فهم الطرف الآخر، وعدم تلبية حاجته، ومتطلبات وضعه الجديد..

الامر الذي يسبب التنافر شيئاً فشيئاً، فتتولّد احاسيس الكراهية بينهما، وتؤدي إلى الانفصال. اما المشاركة في الصعود، ومساعدة الشريك في الحياة الزوجية لتنمية مواهبه وقدراته دائماً.. فسوف يكون ذلك داعياً للتقارب اكثر فاكثر، مما يزيد في تعميق مشاعر الحب بينهما.

وقد ذكرنا سابقاً ان فهم الطرف الآخر وإدراكه هو المهم، وليس المستوى العلمي، فكثير من الكفاءات والقيادات والعلماء، كانت زوجاتهم ربات بيوت بسيطات، ولكنهن كنّ عارفات ومدركات لوضع الزوج وملبيات لحاجياته، خصوصاً إذا حصل التقدّم والتغيّر امام اعين الشريك، فإن ذلك يسهّل الامر.

ولا يختلف الامر بالنسبة إلى الزوج الذي رأى زوجته تتسلق سلالم المعرفة وهو باق على بساطته، فليس من العيب ان يقف الرجل خلفها لدعمها، وتلبية حاجياتها التي لا يستطيع تاديتها

غيره، فعندما نرى نساء صاعدات وناشطات ومتصديات في المجتمع، لا نتوقع ان يكون الزوج بنفس الدرجة، فهل المطلوب ان ينهار الزواج ام ان يتعامل الزوج بإيجابية ويدفع زوجته لتكون ناجحة اكثر من ذلك؟

بالطبع الخيار الاخير هو الانجع.

٦ - الحب.. وتقدم السن

من الاعتقادات الخاطئة ان نحيل الحب على التقاعد عندما يبلغ سناً معيناً، فنعتبره ثوباً لبسناه ايام الشباب ثم ننزعه ونستبدل به ثوب الجفاف وعدم الاكتراث.

فلا ينبغي ان تستسلم لهذه السنين البغيضة التي تاكل عمرك، ولا ينبغي ان تتخلى عن مشاعرك الحبية لزوجتك، ولا ان تتخلّى الزوجة عن مشاعرها نحو زوجها.. فإن الحب لباس متجدد يرتديه الإنسان منذ بداية الحياة الزوجية وحتى نهايتها.

فليس سبب توهج شبابك بالحب، ان فترة الشباب فترة الغريزة الطائشة، والتسرّع، وانك في منتصف العمر ستكون اكثر استقراراً وعملاً وتجارباً، فانت بامس الحاجة للحب ليدفعك نحو ما تصبو إليه.. وفي سن الشيخوخة إنك هادئ، تميل إلى الراحة والحكمة والاستغراق في الماضي، ولا تستغني عن مشاعر الود التي تعطيك املاً في الحياة، وطاقة إضافية، وذكرى جميلة تجعلك اكثر هدوءاً وحكمة.

«في دراسة حديثة وافق ٨٤ ٪ من الذين سئلوا علىٰ أن الناس في منتصف العمر يصبحون أكثر رحمة».

عندما يكبر الأولاد تبقىٰ مشاعر الحنان والرعاية ضاجة فينا، وقد تتسع فتتخطىٰ العائلة، كما يعتقد تشارلز مدير (مركز العمر الثالث)، في جامعة فوردهام. وتقوىٰ إمكانات المشاركة في قضايا حياتية واجتماعية»[1].

ومن الأمور البديهية أن الزوجين يتعرضان إلىٰ تغيرات نفسية وصحية عندما تتقدم بهما السن، ومن تلك التغيرات التي قد تؤثر علىٰ نظرة بعض الأزواج للمودة بينهما، التأثيرات الشكلية والصحية للزوج أو الزوجة.

فـ «عندما تصل المرأة إلىٰ مرحلة الثلاثينات تكون قد وصلت إلىٰ مرحلة انتقالية من حياتها حيث تبدأ جاذبيتها في نضارة الشباب وحيويته كما تفقد بشرتها الكثير من تماسكها ورونقها ويبدأ الجسم في اكتساب عادات يصعب التخلص منها بعد ذلك مثل الإفراط في زيادة الوزن»[2].

وكذلك الحال مع الرجل، فإن الشعر يبدأ بالتساقط، والتجاعيد تتسلل إلىٰ وجهه، وتصبح البشرة أكثر جفافاً..

---

(١) - مجلة المختار - يناير ١٩٩٢م.

(٢) - الرجل - الموسوعة الصحية -ص١٨٣.

وعليه . . فإن الأزواج الذين تزوجوا لجمال الوجه وسحر القوام فحسب ، سيجدون ان ذلك كلّه قد ذهب ادراج الرياح في سن الاربعين او الخمسين ، وانه لم يعد ثمة شيئ آخر يجذب بعضهم إلى بعض . إمّا اولئك الذين تزوجوا حباً بجمال الروح والعقل بشكل اساسي ، فإن هذه التغيرات الشكلية لن تؤثر في حالتهم العاطفية وانجذابهم النفسي في شيء ، وسوف تبقى الروح التي بها يحيا الإنسان ويشعر بالموجودات والمشاعر التي تحوم حوله تجذبُ كلامن طرفي العلاقة الزوجية إلى الآخر .

ومع ذلك فإن الاهتمام بالجمال امر ذو اهمية لا ينبغي تجاوزه ، والزوجان ، وخصوصاً الزوجة ، بإمكانهما ان يحافظا على شبابهما لمدّة طويلة . .

وذلك بترك الاستغراق في القلق والتوتر ، والإرهاق الشديد والسهر الطويل المستمر ، ومن اجل المحافظة على نضارة الوجه ، ورشاقة القوام ، ينبغي مزاولة الرياضة وتناول الفواكه والخضراوات الطازجة ، وكذلك الاحتفاظ بالحالة العاطفية والحب المتبادل .

ويستطيع الازواج المسنوّن ان يفتحوا زهرة حبهم من جديد ليبدو متالقاً ، لا عن طريق تقديم الهدايا والتقدير والمرح فحسب ، وإنما بإثارة حكايات الماضي الظريفة وإعادة شريط الذكريات

المشترك ، فإنهم يملكون هذه الميزة في إثارة المودة في قلوبهم ، دون الشباب الذين لا يملكون اي تجربة .

ومن لطيف ما قرات ان احد المعمّرين المصريين عاش ١٥٣ سنة ، وكان حتى ذلك العمر في صحة جيدة ، بل كان يبدو أصغر من عمره بكثير ، «وقد اكد قبل وفاته بثلاث سنوات ان السبب وراء تمتعه بعمر طويل هو قصة الحب الجميلة التي عاشها مع زوجته» . (١)

(١) - مجلة الجديدة - العدد٦٢٤.

الخاتمة

ليس ما ذكرناه في ثنايا الكتاب قواعد حصرية، لا يأتي الحب من ابواب غيرها، ولا يتعزز الحب بما ذكر وحسب، بل هنالك العديد من الاساليب الاستكشافية التي تنطلق في الاساس من قيم اشرنا إليها او تُستلّ من قاعدة اخرىٰ.. وقد تكتفي حياة زوجين بقليل مما ذكرناه، إلا ان بعض الزيجات تحتاج إلىٰ المزيد، نعم فالحب بين الزوجين يحتاج احياناً إلىٰ إشارة، وقد يحتاج إلىٰ جهد وممارسة مستمرة.

إن اسباب الحب كثيرة، ومعززاته كذلك، ولكن الهدف يبقىٰ هو ان يدفع المحبين إلىٰ الامام، ويكون وسيلة لا هدفاً، وإذا كنا سنبحث عن افضل بيت يسكنه الحب، وافضل طريق يسير فيه، وافضل لون يتلون به، فإننا سنضع الالتزام بتعاليم الدين، والتعايش مع توجيهاته، وطقوسه، في اول القائمة ليكون انسب وضع لتكوين افضل قصة حب زوجي.

ففي البيوت الإيمانية تتجلّىٰ إرشادات العشرة بالمعروف، والتودّد، والرحمة، والوفاء.. من جهة، وارتباط الإنسان بالله عزّ وجلّ والمداومة علىٰ طاعته وعبادته من جهة اخرىٰ، عندها

سيجد الشعور بالحب المواد الكافية لتخلقه في القلوب ، وسيحصل على خير غذاء لينمو ويتالق ، وسيتمثّل امامه افضل هدف يسعى لدفع القلوب نحوه .

الالتزام بتعاليم الدين بتلقائية ، من شانه ان يخلق كل مقدمات الحب الحقيقي دفعة واحدة ، فيبقى على الإنسان رسم الشكل الذي يريد ، واختيار اللون الذي يتمنى .

وكما ان الحب سيجد افضل بيت لديه هو التزام الاسرة بتعاليم الدين ، فإن ذلك البيت الإيماني سيكون اسوا بيت للمشكلات العاطفية ، حيث لا تجد مرحّباً بها ، ولا موطناً ينسجم معها .

فالبيوت الإيمانية خير مسكن للحب .



الفهرس

